

Trainerlehrgang in Zülpich am 17. April von Erfolg gekrönt

Das Formenreferat der NWTU bot in diesem Jahr einen Trainerlehrgang in Zülpich an. Begrüßt wurden von Bernd Petersohn, Petra v. d. Heusen und Marcus Ketteniss rund 40 hoch motivierte Teilnehmer. Das nicht alle Teilnehmer eine Trainerlizenz hatten, war für die Referenten keine Problem, da die Einheiten methodisch gut vorbereitet waren und von den Referenten verständlich vermittelt wurden. Bernd Petersohn referierte kurz über der Verbandsstruktur und das Turnierangebot der NWTU. Als Zweites unterwies Marcus Ketteniss die Teilnehmer in den Basics, angefangen bei den Stellungen über Tritte und die richtige Ausführung von Armtechniken. Zu diesem Zeitpunkt wurden kaum Fragen gestellt, da die Teilnehmer die vermittelten Inhalte praktisch anwendeten und so vertieften. Das Ziel der Referenten lag hier klar auf der richtigen Ausführung der Techniken, die an die Schüler und Schülerinnen in den Vereinen so weitergegeben werden sollen. Nach einer ausgiebigen Mittagspause – in der ein bereitgestellter Kaffee des Ausrichters wieder zu neuen Kräften führte – übernahm Petra v. d. Heusen den Part „Periodisierung“, mit der sich jede Trainerin und jeder Trainer beschäftigen sollte, bevor ein Schützling auf ein Turnier geschickt wird. Anschließend wurden die Teilnehmer, nach einem kurzen Warming-up, in drei gleich große Gruppen geteilt. In allen Gruppen wurde sich intensiv mit den Formen vier bis acht beschäftigt. Dabei mussten die Teilnehmer sich gegenseitig kritisch beobachten und technische Fehler erkennen. Im letzten Teil des Lehrgangs zeigten die drei Referenten Möglichkeiten auf, wie gezielt richtige Technikausführung, Kraftaufbau bei einer Technik oder die Balance und Standfestigkeit im Training geübt werden können. Diese Einheit gefiel der breiten Mehrheit der Teilnehmer am besten.

Nach einer kurzen Feed- back – Runde, die eine überaus positive Rückmeldung für die drei Referenten war, wurde sich nach dem obligatorischen Foto voneinander verabschiedet. Bleibt zu hoffen, dass dies Art des Trainerlehrgangs von der NWTU ausgebaut wird und in Zukunft öfter angeboten wird.

Torsten Wanasek
TuS Chlodwig 1896 Zülpich e.V.