

B-/C-Trainer:in Fortbildung Nr. 3/2025:

Athletiktraining (15 LE)

Samstag: 22.03.2025, 08:30-18:00 Uhr; BSP+LLZ Stgt.-Stammheim

Sonntag: 23.03.2025, 09:00-16:00 Uhr; BSP+LLZ Stgt.-Stammheim



VERANTWORTLICHE PERSONEN UND REFERENTEN

Allmacher, Marc	WTB-Bereichsleiter Ressort V – Sportentwicklung, Leitung: Ausbildung & Training, Sportmanagement (B.A.), DOSB Vereinsmanager B, DOSB B-Trainer
Ender, Albert	Cheftrainer Leistungssport, DOSB A-Trainer
Knödel, Markus	Cheftrainer Ausbildung & Training, Diplomtrainer, Lehrteam, DOSB A-Trainer
Prof. Pürzel, Alexander	Institut für Sport- und Bewegungswissenschaft Universität Wien
Weise, Mario	Verbandstrainer Athletik, Sportwissenschaftler (B.A.), DOSB-Athletiktrainer

ORGANISATORISCHE HINWEISE

Es herrscht **Anwesenheitspflicht** bei allen Vorträgen und Themen! Die **aktive Mitarbeit** wird erwartet. Bitte bringen Sie Ihre **Tenniskleidung und Tennisschläger** mit.

a) ANREISE

Bitte planen Sie eine frühzeitige Anreise gerne ab **08:15 Uhr** ein, damit wir pünktlich um 08:30 Uhr beginnen können.

b) ANMELDUNG

Vor Ort hängt eine alphabetische Teilnehmer:innenliste aus in die Sie Ihre Anwesenheit mit Ihrer **Unterschrift am ersten und zweiten Tag** bestätigen.

c) VERPFLEGUNG

Personen mit Unverträglichkeiten bitten wir sich frühestmöglich bei uns zu melden, damit Ihr Essen eingeplant werden kann. Für alle Lehrgangsteilnehmer:innen steht ein **Wasserspender zur Verfügung**. Bitte bringen Sie eine eigene Trinkflasche (0,5 l) mit.

d) LIZENZVERLÄNGERUNG

Ihre Trainer:in-Lizenz wird nach der erfolgreichen Teilnahme an der Fortbildung und der Registrierung beim [DTB Trainer:in-Portal](#) digital verlängert (B-Trainer:in = 3 Jahre, C-Trainer:in = 4 Jahre).

e) TEILNAHMEBESTÄTIGUNG, BEZAHLUNG & RECHNUNG

Bitte überprüfen Sie **vor** dem Lehrgang Ihre Kontaktdaten (Login im nuAccount, Abänderung kann selbständig über „Persönlicher Bereich“, „Mein Profil“ auf unserer Homepage durchgeführt werden), damit die Teilnahmebestätigung, die im Anschluss an dem Lehrgang per E-Mail versendet wird, korrekt erstellt wird. Bei Abänderungen von verbandsfremden Teilnehmer:innen bitten wir Sie, Ihren Landesverband bzw. Ihren Verein zu kontaktieren. Eine Rechnung wird Ihnen nach dem Lehrgang per E-Mail an die hinterlegten Daten zugesendet. Ihr angegebenes Bankkonto wird nach dem Lehrgang belastet.

f) STORNIERUNG

Unentschuldigtes Fehlen = 100%. Fehlen mit vorheriger Abmeldung = 30%. Krankmeldung = 15 Euro Bearbeitungsgebühr. Weitere Informationen erhalten Sie [hier](#).

WICHTIGE HINWEISE: DTB Trainerportal (verpflichtend) + WTB Trainer:in-Plattform (freiwillig):

Der **Deutsche Tennis Bund (DTB)** hat für alle lizenzierten DTB-Trainer:innen **verpflichtend** das Trainerportal – verbunden mit einer jährlichen Lizenzservicegebühr **des DTB** (29,00 € im Jahr) – eingeführt. **Eine Verlängerung der Lizenzen (C-Trainer:in = 4 Jahre, B-Trainer:in = 3 Jahre) ist nur möglich**, wenn die Lizenzservicegebühr an den DTB lückenlos erfolgt. Die Anmeldung/Registrierung erfolgt unter <https://trainer.tennis.de/>. Weitere Fragen zum DTB Trainerportal und der Servicegebühr beantworten Ihnen gern das **Team des DTB Trainerportals** unter **040 41178-236**.

[Wie registriere ich mich?](#) +++ [Wo finde ich meine Trainer:in-Lizenz?](#) +++ [Weitere Informationen](#)

KOOPERATIONSPARTNER: tennistrainer.de

Mit der Teilnahme als **WTB-Tennistrainer:in** (vereinslose + verbandsfremde können den Zugang erwerben → [Link](#)) erhalten Sie einen **Basis-Zugang + exklusiver WTB-Plattform** für **ein Jahr** auf der ONLINE-Plattform:

B-/C-Trainer:in Fortbildung Nr. 3/2025:**Athletiktraining (15 LE)**

Samstag: 22.03.2025, 08:30-18:00 Uhr; BSP+LLZ Stgt.-Stammheim

Sonntag: 23.03.2025, 09:00-16:00 Uhr; BSP+LLZ Stgt.-Stammheim



„tennistrainer.de“ **kostenlos**. Unser Kooperationspartner tennistrainer.de wird Ihre individuellen Zugangsdaten per E-Mail zusenden (E-Mailadresse + Namen werden an tennistrainer.de weitergeleitet). Dadurch erhalten Sie die Möglichkeit, Inhalte der Trainer:in-Aus-/Fortbildung ONLINE durchzuarbeiten und **Tennisunterrichte/ Lehrproben zu planen und zusammenzustellen**. Falls ungewünscht, bitte E-Mail an Marc.Allmacher@wtb-tennis.de.

SAMSTAG, 22.03.2025 (10,00 LE) BSP+LLZ STUTTGART-STAMMHEIM

Zeit	Thema	Referent:in
Ab 08:30	Anmeldung zur Fortbildung Begrüßung, Organisatorisches und Einführung in die Fortbildung DTB Trainer:in Portal; tennistrainer.de	Ender / Knödel
09:00-09:55 (1,22 LE)	Trainings- und entwicklungsbezogene Besonderheiten im Nachwuchstraining	Pürzel
10:00-10:55 (1,22 LE)	Kraft- und Schnellkrafttraining im Nachwuchstraining	Pürzel
11:00-11:55 (1,22 LE)	Optimale Ausprägung der Belastungsvariablen im Nachwuchsbereich	Pürzel
12:00-13:00 (1,33 LE)	Langfristige Trainingsplanung	Pürzel
13:00 -14:00	Mittagspause	
14:00-14:55 (1,22 LE)	Widerstand im Krafrtraining	Pürzel
15:00-16:25 (1,88 LE)	Kinetische Ketten und Übungsbeispiele	Pürzel
16:30-18:00 (2 LE)	Belastbarkeit von Kindern und Jugendlichen	Pürzel
18:00 Uhr	Ende erster Tag	

SONNTAG, 23.03.2025 (7,66 LE) BSP+LLZ STUTTGART-STAMMHEIM

Zeit	Thema	Referent:in
09:00-09:55 (1,22 LE)	Optimale Periodisierung des Krafttrainings im Tennissport	Pürzel
10:00-11:25 (1,88 LE)	Optimale Ausprägung der Belastungsvariablen im Krafttraining	Pürzel
11:30-13:00 (2 LE)	Erstellung von Krafttrainingsplänen für Tennisspieler:innen	Pürzel
13:00 -14:00	Mittagspause	
14:00-14:55 (1,22 LE)	Belastungen im Tennis und Krafttraining im Vergleich	Pürzel
15:00-16:00 (1,33 LE)	Gelenkskräfte verstehen	Pürzel
16:00	Q&A/ Schluss	Pürzel, Ender, Knödel, Weise

(Änderungen vorbehalten, MA 13.12.2024)