

# Kommentiertes C-Lizenz-Fortbildungsverzeichnis für Baden-Württemberg

Im Folgenden soll für die C-Trainerfortbildungen eine knappe inhaltliche Erläuterung der Lehrgänge für 2010 dargestellt werden. Die Fortbildungen finden an den Landessportschulen Albstadt-Tailfingen, Ostfildern-Ruit, Karlsruhe-Schöneck und Steinbach (Baden-Baden) statt und werden von kompetenten Lehrkräften geleitet. Zur Lizenzverlängerung ist jeder C-Trainer nach 4 Jahren verpflichtet eine Fortbildung zu besuchen. Die Trainer, deren Lizenz abläuft werden vom Verband benachrichtigt und können sich eine der hier genannten Fortbildungen auswählen.

Die Teilnehmergebühr beträgt 70 Euro, Fahrtkosten werden nicht erstattet. Wird die Lizenz erst später verlängert, so ist mindestens eine zusätzliche Fortbildungsmaßnahme (bei vollständiger Kostenübernahme) erforderlich.

Wie bereits im letzten Jahr werden zwei- und dreitägige Fortbildungen angeboten. Während die 2-tägigen Veranstaltungen sehr kompakt sind (Beginn 1. Tag 10.30 Uhr mit Abendunterricht und am zweiten Tag Ende um 18.00 Uhr), bleibt bei den 3-tägigen Veranstaltungen (Beginn 10.30 Uhr bzw. 14.00 Uhr erster Tag bis 12.00 Uhr 3.Tag) ohne Abendunterricht mehr Zeitraum für Austausch und Eigenaktivitäten.

Die Anmeldung erfolgt online an den eigenen Verband (ttwh.de, battv.de, sbttv.de), unter "click-TT". Anleitung siehe Seite 30/31.

## Fortbildung 1

16.01. - 17.01.2010  
in Ostfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Einzel und Doppel

Einzel und Doppel haben im Tischtennis unterschiedliche Strategien. Insbesondere im Bereich Aufschlag/Rückschlag, Beinarbeit und allgemeiner Taktik. Diese Fortbildung soll all diese Aspekte für den Einzel- und Doppelspieler beleuchten, die Unterschiede verdeutlichen und Freiraum lassen, diese praktisch auszuprobieren.

## Fortbildung 2

18.01. - 20.01.2010  
in Ostfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Aufschlag Boll - Rückschlag Waldner

Alle Tischtennispieler sind sich einig, wie wichtig ein guter Aufschlag für sein Spiel wäre, aber wer trainiert diesen wirklich isoliert im Training? – Eine entscheidende Rolle spielt hier sicher, dass es den Spielern nach wenigen Minuten zu langweilig erscheint und sie sich nicht lange genug konzentrieren können. In dieser Fortbildung soll vermittelt werden, was einen guten Auf- und Rückschlag ausmacht, wie man gefährliche Aufschläge Kindern vermitteln kann und wie man Aufschlag/Rückschlagtraining attraktiver gestalten kann. Zudem werden die Aufschlagvariationen von Timo Boll und die Rückschlagvariationen von Jan-Ove Waldner genauer unter die Lupe genommen und danach geübt!

## Fortbildung 3

08.02. - 09.02.2010  
in Steinbach

**Schwerpunktthema:**  
Kondition und Koordination

Die konditionellen Fähigkeiten stellen im modernen Tischtennis eine wichtige Komponente der Leistungsfähigkeit dar. Neben Technik- u. Taktiktraining gehören Kraft-, Schnelligkeits- und Ausdauertraining zum Trainingsprogramm. Um Körperbewegungen und damit auch das komplexe Tischtennispiel zu Erlernen spielen die koordinativen Fähigkeiten eine herausragende Rolle. Gestützt auf theoretische Grundlagen sollen in dieser Fortbildung Übungsbeispiele zu den einzelnen Bereichen gesammelt, vorgestellt und ausprobiert werden!



Foto: Joachim Voigt

## Fortbildung 4

15.03. - 17.03.2010  
in Albstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema:**  
Psychologie im TT

Tischtennis ist eine Sportart, die enorm viele mentale Anforderungen an die Sportler(innen) stellt. Bei einem Spielstand von 10:10 kommt plötzlich das gefürchtete „Eisen“ und man verliert das Spiel. Quasi alle Trainer haben eine Vorstellung, wie man seinen Spieler(innen) einen Vorhand Top-Spin beibringt, die Schnellkraft trainiert oder die Kopplungsfähigkeit schult. Aber wie trainiere ich Gelassenheit, Aufmerksamkeit und Selbstvertrauen bei einem Spielstand von 10:10 im fünften Satz? Was muss ich trainieren, damit meine Spieler(innen) lernen Entscheidungen selbstständig und kreativ zu treffen? Wie gehe ich damit um, wenn ich einen begabten Spieler/ eine begabte Spielerin in meiner Trainingsgruppe habe, diese(r) jedoch vor jedem Turnier ängstlich oder unmotiviert ist?

Diese Fortbildung beantwortet die Fragen und gibt Tipps für die Praxis. Neben einer theoretischen Einführung wird in der Fortbildung insbesondere auf die praktische Umsetzung im Tischtennistraineralltag (Anfänger- und Leistungstraining) fokussiert und es werden verschiedene praktische Übungen durchgeführt (Progressive Muskelentspannung, mentales Training, Kreativität fördernde und motivierende Übungen).

## Fortbildung 5

22.03. – 24.03.2010  
in Karlsruhe - Schöneck

**Schwerpunktthema:**  
Moderne TT-Technik

Neben konditionellen Aspekten und bestimmten Regeln haben sich vor allem die Schlagtechniken in den letzten Jahren verändert. Viele dieser neuen „Mischformen“ sind bisher noch in keinem Lehrbuch aufgetaucht. Im Rahmen der Fortbildung sollen die neuen Technikvarianten wie Spin-Konter, Spin-Block und weitere vorgestellt werden. Darüber hinaus werden neue Tendenzen bei den altbekannten Schlagtechniken erörtert und ggf. mit Video-Analyse unterstützt.

## Fortbildung 7

26.05. – 28.05.2010  
in Karlsruhe - Schöneck

**Schwerpunktthema:**  
Optimales TT-Training

Bei dieser Fortbildung geht es neben der optimalen Vermittlung von Technik und Beinarbeit vor allem um die Optimierung der Trainingsstruktur. Oft gibt es zu viele Spieler bei zu wenigen Tischen oder eine heteroge Trainingsgruppe mit sehr unterschiedlichen Spielniveaus. Wie kann man es trotz großer Spielerzahl und vielleicht nur einem Trainer in der Halle organisieren, Einzeltraining am Balleimer zu geben, ohne dass in der restlichen Halle Chaos entsteht? Für all diese Probleme und Fragen rund um das tägliche Training sollen in der Fortbildung Lösungsvorschläge entwickelt werden.

## Fortbildung 9

16.06. – 17.06.2010  
in Schöneck

**Schwerpunktthema:**  
Technik / Fehlerkorrektur

Eine zentrale Aufgabe eines Trainers ist es, seinen Spielern/innen eine gute Technik zu vermitteln. Aber was kennzeichnet eine gute Technik? Durch neue Materialentwicklungen und das Klebeverbot ist die Idealtechnik einem laufenden Wandel unterzogen. Neben diesem "neuesten Stand der Technik" soll darüber hinaus besonders Wert gelegt werden auf die Fehlererkennung und die Fehlerkorrektur. Was sind häufige Fehler bei einer bestimmten Technik? Welche Korrekturmöglichkeiten/Hilfsmittel gibt es? Welcher Fehler muss als erstes korrigiert werden? Dies ist nur eine kleine Auswahl von Fragen, die hierbei beantwortet werden sollen.

## Fortbildung 6

23.04. – 25.04.2010  
in A lbstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema:**  
Anforderungsprofil eines TT-Spielers

Tischtennis gehört zu den komplexesten und gleichzeitig schnellsten Rückschlagsportarten der Welt. Dabei stellt es hohe Anforderungen an die technischen Fähigkeiten der Spieler sowie die physische Leistungsfähigkeit. Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, reicht es nicht aus, wenn ein moderner Spieler permanent an seiner Technik arbeitet. Vielmehr ist es unabdingbar, dass jeder Spieler seine körperlichen Fähigkeiten trainiert und natürlich auch verbessert. Die konditionellen Fähigkeiten stellen im modernen Tischtennis eine wichtige Komponente der Leistungsfähigkeit dar. Neben Technik- u. Taktiktraining gehören Kraft-, Schnelligkeits- und Ausdauertraining zum Trainingsprogramm.

## Fortbildung 8

12.06. – 13.06.2010  
in A lbstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema:**  
Einzel und Doppel

Einzel und Doppel haben im Tischtennis unterschiedliche Strategien. Insbesondere im Bereich Aufschlag/Rückschlag, Beinarbeit und allgemeiner Taktik. Diese Fortbildung soll all diese Aspekte für den Einzel- und Doppelspieler beleuchten, die Unterschiede verdeutlichen und Freiraum lassen, diese praktisch auszuprobieren.

## Fortbildung 10

30.06. – 01.07.2010  
in A lbstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema:**  
Taktik und Psyche

Anhand bewegter Bilder werden verschiedene taktische Grundmuster genau analysiert und unterschiedliche Spielsysteme vorgestellt. Um taktische Vorhaben, insbesondere in der Aufschlag-/Rückschlagsituation, in die Praxis umzusetzen, werden verschiedene Übungsformen am Tischtennistisch demonstriert (Psychotaktik).



**TSP**

## Fortbildung 11

**02.07.-04.07.2010**  
**in Grenzau (bei Koblenz)**  
**VDTT-Symposium im Sporthotel**  
**Grenzau**  
**Schwerpunktthema:**  
**Europa versus Asien\***

Vom Verband Deutscher Tischtennis-trainer (VDTT) organisiert, findet all-jährlich für Trainer aus ganz Deutsch-land das VDTT-Symposium im Sport-hotel Zugbrücke Grenzau statt. Das Symposium ist mittlerweile von allen Landesverbänden des DTTB als C-, B- und A-Trainerfortbildung anerkannt. Nicht zuletzt ist dies auf die hochka-rätige Referentenbesetzung der letz-ten 20 Jahre zurückzuführen (z. B. die Bundesligatrainer Mario Amizic, Helmut Hampl, Milan Stencel, Glen Östh, Jochen Leiß, Dirk Schimmel-pfennig sowie die TT-Buchautoren Manfred Muster und Manfred Grumbach).

Da das Symposium nur eine begrenz-te Zahl von Teilnehmern zulässt, ist es wichtig, sich auch hier so schnell wie möglich anzumelden.

Aufgrund der hochrangigen Refe-renten und des exklusiven Ambiente des 4 Sterne Hotels in Grenzau be-wegt sich die Teilnehmergebühr für das Wochenende (Ü/VP im DZ) zwi-schen voraussichtlich Euro 189,- (VDTT-Mitglieder) und Euro 274,- (Nichtmitglieder). Für die Hin- und Rückfahrt nach Grenzau (nahe Koblenz) werden keine Kosten erstat-tet. Nähere Auskünfte erhalten Sie jederzeit von der **VDTT-Geschäfts-stelle unter der kostenlosen Telefonnummer 0800/3030822 oder unter [www.vdtt.de](http://www.vdtt.de).**

### Wichtig

Falls Sie am VDTT-Symposium 2010 teilnehmen, bitte die Anmeldung bis **20.11.2009** an die TTVWH-Geschäftsstelle schicken. Diese gibt die Anmeldung an den VDTT weiter und Sie bekommen so schnell als mög-lich eine Anmeldebestätigung vom VDTT zugesandt.

Nach Beendigung des Symposiums den Trainerausweis incl. Teilnahme-bescheinigung des VDTT an die TTVWH-Geschäftsstelle zur Lizenz-verlängerung senden.

\* das Thema war zum Redaktions-schluss noch in Planung

## Fortbildung 12

**19.07.-21.07.2010**  
**in Steinbach**

**Schwerpunktthema:**  
**Taktik und Coaching**

Für ein erfolgreiches Coaching ist eine gute taktische Wettkampfvorberei-tung nötig. So sehr die Einschätz-ungen über die Bedeutung und den Erfolg von Betreuungsmaßnahmen auch auseinander gehen, so wichtig sind doch die Grundsätze, die dabei zu beachten sind.

Neben dem Erkennen von taktischen Grundmustern wird es vor allem dar-um gehen, die psychologischen As-pekte des Coachings (inkl. Time Out) zu berücksichtigen und in der Praxis zu üben.

Wie bereitet man sich optimal auf den Wettkampf vor? Wie schaffe ich es meine Trainingsleitungen und meine zu recht gelegte Taktik auch im Wett-kampf abzurufen? Welche Faktoren spielen dabei eine wichtige Rolle? Die praktische Beantwortung dieser Fragen steht bei dieser Fortbildung genauso im Mittelpunkt wie die Vertiefung taktischer Grundlagen. Es soll u. a. gezeigt werden, wie man Konzentrationsfähigkeit, Stressbewäl-tigung und positives Denken im Tisch-tennis trainieren kann.



**Andreas Escher beim Aufschlag**  
*Foto: Michael Stark*

## Fortbildung 13

**18.10.-20.10.2010**  
**in Steinbach**

**Schwerpunktthema:**  
**Variables Balleimertraining**

Der Balleimer ist ein vielseitiges, methodisches Hilfsmittel im TT-Training. Er kann sowohl zur Technik-, als auch zur Taktik-, Konditions- oder Koordi-nationsschulung eingesetzt werden. Im Verein herrscht noch oft die Meinung vor, dass nur der Trainer das Balleimertraining durchführt, Ball-eimertraining im Stationsbetrieb ist die Ausnahme. Neben den verschie-denen Einspieltechniken und Organi-sationsformen soll in dieser Fort-bildung vor allem auf die spezielle Schulung der Beinarbeit eingegangen werden.



## Fortbildung 14

10.11.-11.11.2010  
in Karlsruhe-Schöneck

**Schwerpunktthema:**  
Attraktives Anfängertraining

Das Training mit Kindern hat seine eigenen Regeln! Insbesondere in einer so vielseitigen Sportart wie Tischtennis müssen Trainer(innen) die Grundlagen des Kindertrainings kennen und anwenden können. Unter anderem stehen folgende Fragen im Mittelpunkt der Fortbildung:

Was mache ich mit Anfängern, die gerade in den Verein gekommen sind und noch Probleme haben den Ball zu treffen?

Wie kann ich Trainingsinhalte abwechslungsreich und kindgerecht verpacken für Anfänger, die noch nicht in der Lage sind den Ball hin und her zu spielen?

Welche motivierende Trainings-, Organisations- und Spielformen sollte man im Anfängertraining einsetzen?

Wie sieht eine Trainingseinheit für Anfänger im Vergleich zu Fortgeschrittenen aus?

Wie kann ich erste taktische Grundkenntnisse Anfängern vermitteln?

Mit welcher Schlagtechnik beginne ich, wie sieht hier die Anfängermethodik aus?

## Fortbildung 15

13.11.-14.11.2010  
in Ostfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Mentale Stärke - Höchstleistung wenn's drauf ankommt

Hoher Rückstand, Verlängerung, Matchball, Fehlerserie, Angstgegner, Konzentrationsverlust, "Verreisen": Der Kampf der TT-Spieler/innen mit sich selbst hat viele Facetten.

In dieser Fortbildung werden den Trainer/innen die gängigen Methoden eines professionellen psychologischen Trainings im Tischtennis vorgestellt und in der Halle sowie anhand von Fallbeispielen der Teilnehmer/innen in die Praxis umgesetzt.

## Fortbildung 16

15.11.-17.11.2010  
in Steinbach

**Schwerpunktthema:**  
Taktik und Coaching

Siehe Fortbildung Nr. 12



## Fortbildung 17

22.11.-24.11.2010  
in Ostfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Technikvariationstraining

Eine zentrale Aufgabe eines Trainers ist es eine gute Technik zu vermitteln. Aber was kennzeichnet eine gute Technik? Durch das Klebeverbot und neue Materialentwicklungen ist die Idealtechnik einem laufenden Wandel unterzogen. Neben einem „Technik-Update“ sollen mögliche Technikvariationen im Mittelpunkt der Fortbildung stehen. Vom Boll-Aufschlag bis hin zum Waldner-Rückschlag, vom Sidespin bis zum Bananen-Flip, vom Spinblock bis zum verdeckten Schupf sollen Techniken vorgestellt und gemeinsam geübt werden. Auch Fehlererkennung und Fehlerkorrektur sollen in diesem Zusammenhang neu beleuchtet werden.



## Fortbildung 18\*

29.03.-31.03.2010  
in Albstadt-Tailfingen  
**Schwerpunktthema:**  
Kindersport (Sportartübergreifend, kein Tischtennis!)

Unter dem Motto "Spiel und Bewegung für Kinder" bietet der WLSB/WJS in Kooperation mit den Fachverbänden eine spezielle Ausbildung für Trainer im Nachwuchsbereich (6-13 Jahre) an. Diese Alterszone bietet die größten Chancen für die entsprechenden Trainer, eine sportliche Basis für ein erfolgreiches und gesundes Sportlerleben durch entwicklungsgemäße Angebote zu legen. Folgende Inhalte sind Bestandteile dieser Basis und werden in den 3 Tagen im Mittelpunkt stehen:

- pädagogische Aspekte des Kindertrainings
- erfahrungs- und erlebnisorientiertes Übungsangebot
- gezieltes koordinatives/konditionelles Training im Kindesalter
- biologische Grundlagen der Entwicklung im Kindesalter

Diese sportartübergreifende Fortbildung wird vom Lehrteam des WLSB durchgeführt und als Fortbildung vom TTVWH anerkannt. Außerdem ist dieser Lehrgang auch für alle D-Trainer eine Möglichkeit, die Lizenz auf die C-Lizenz angerechnet zu bekommen (siehe auch S. 18)

\* Bitte beachten: Kosten für die WLSB-Fortbildung beträgt 75 €.

**TSP**

**Fortbildung 19\***

23.11.-24.11.2010  
in O stfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Coaching

Mangelnde Motivation oder Disziplinprobleme der Trainingsgruppe, geringe persönliche Anerkennung, Interessenskonflikte und Streit in der Gruppe, ein emotional aufgeladenes Gespräch: Wer kennt nicht solche kritischen Situationen als Übungsleiter oder Trainer, in denen Schlüsselqualifikationen wie soziale Kompetenz, Problemlösungs- und Kommunikationsfähigkeit gefragt sind? In dieser Fortbildung wird das eigene Übungsleiter- und Trainerverhalten anhand aktueller Problemsituationen aus dem Teilnehmerkreis in Theorie und Praxis beleuchtet und in Form eines Coachings eine in die Praxis umsetzbare Lösung erarbeitet. Hierzu werden u. a. Elemente aus der Rhetorik und der Gesprächsführung sowie des Konfliktmanagements unter Einbeziehung der Körpersprache vorgestellt und geübt.

\* **Bitte beachten: Kosten für die WLSB-Fortbildung beträgt 75 €.**

**Fortbildung 20\***

06.12.- 08.12.2010  
in A lbstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema: Kindersport**  
(Sportartübergreifend, kein Tischtennis!)

Erläuterung siehe Fortbildung 18

\* **Bitte beachten: Kosten für die WLSB-Fortbildung beträgt 75 €.**

**B-Lizenzfortbildung für Baden-Württemberg**

Auf Antrag können für B-Trainer auch andere C-Fortbildungen für die B-Lizenzverlängerung angerechnet werden. Die Lizenz wird durch eine Fortbildung ab sofort für 4 Jahre verlängert (früher 3 Jahre).

**Fortbildung 1**

16.01.-17.01.2010  
in O stfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Einzel und Doppel

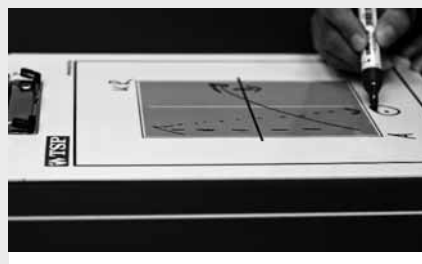
Einzel und Doppel haben im Tischtennis unterschiedliche Strategien. Insbesondere im Bereich Aufschlag/Rückschlag, Bearbeitung und allgemeiner Taktik. Diese Fortbildung soll all diese Aspekte für den Einzel- und Doppelspieler beleuchten, die Unterschiede verdeutlichen und Freiraum lassen, diese praktisch auszuprobieren.

**Fortbildung 2**

30.06.-01.07.2010  
in A lbstadt-Tailfingen

**Schwerpunktthema:**  
Taktik und Psyche

Anhand bewegter Bilder werden verschiedene taktische Grundmuster genau analysiert und unterschiedliche Spielsysteme vorgestellt. Um taktische Vorhaben, insbesondere in der Aufschlag-/Rückschlagsituation, in die Praxis umzusetzen, werden verschiedene Übungsformen am Tischtennistisch demonstriert (Psychotaktik).

**Fortbildung 3**

02.07. - 04.07.2010  
in G renzau (bei Koblenz)  
VDTT-Symposium im Sporthotel  
G renzau  
**Schwerpunktthema:**  
Europa versus A sien\*

Das Symposium wird auch als B-Trainerfortbildung angerechnet. Erläuterung und Anmeldungsmodalitäten siehe unter Fortbildung 11, C-Lizenz.

**Fortbildung 4**

22.11.-24.11.2010  
in O stfildern-Ruit

**Schwerpunktthema:**  
Technikvariationstraining

Eine zentrale Aufgabe eines Trainers ist es eine gute Technik zu vermitteln. Aber was kennzeichnet eine gute Technik? Durch das Klebeverbot und neue Materialentwicklungen ist die Idealtechnik einem laufenden Wandel unterzogen. Neben einem „Technik-Update“ sollen mögliche Technikvariationen im Mittelpunkt der Fortbildung stehen. Vom Boll-Aufschlag bis hin zum Waldner-Rückschlag, vom Sidespin bis zum Bananen-Flip, vom Spinblock bis zum verdeckten Schupf sollen Techniken vorgestellt und gemeinsam geübt werden. Auch Fehlererkennung und Fehlerkorrektur sollen in diesem Zusammenhang neu beleuchtet werden.