



# Ausbildungskonzeption

# Einleitung



***„Es ist ein weiter Weg vom begeisterten Anfänger bis zum erfolgreichen Spitzenspieler. Dabei ist bereits die erste „Teiletappe“ (sprich die sportliche Bewegung unserer Jüngsten) enorm wichtig. Kinder müssen bereits frühzeitig spielerisch die unverzichtbare koordinative Basis erwerben. Eine zukunftsorientierte Ausbildungskonzeption umfasst deshalb bereits die Jüngsten!“ (Ausbildungskonzeption des DFB)***

Die neue Ausbildungskonzeption der Hanseatic Golf Union soll leistungsorientierten Trainern im norddeutschen Golfsport eine sportliche Orientierung bieten. Neben Einflussfaktoren wurde eine klare Rollenverteilung, Ziele und Prinzipien definiert. Je nach Altersklasse und Spielniveau erhalten Trainer, Jugendwarte, Eltern und alle weiteren Interessierten einen Überblick über Ausbildungsziele und Ausbildungsschwerpunkte, die auf die Entwicklungsstufen und das aktuelle Können der Spielerinnen und Spieler abgestimmt sind.

Verschiedene Bausteine bestehend aus Trainingsinhalten, Wettspielformaten, athletischen und golfspezifischen Merkmalen, sowie Quantitäten sollen die sportliche Förderung auf der jeweiligen Ausbildungsstufe ideal ergänzen. Leitgedanken für Trainer, die eine motivierende und lernfördernde Atmosphäre in der Clubjugendarbeit auf der jeweiligen Ausbildungsstufe garantieren können, wurden erarbeitet und beschrieben.

Die Ausbildungskonzeption der Hanseatic Golf Union berücksichtigt dabei sportwissenschaftliche und pädagogische Erkenntnisse, Prinzipien und Methoden in jeder einzelnen Ausbildungsstufen.

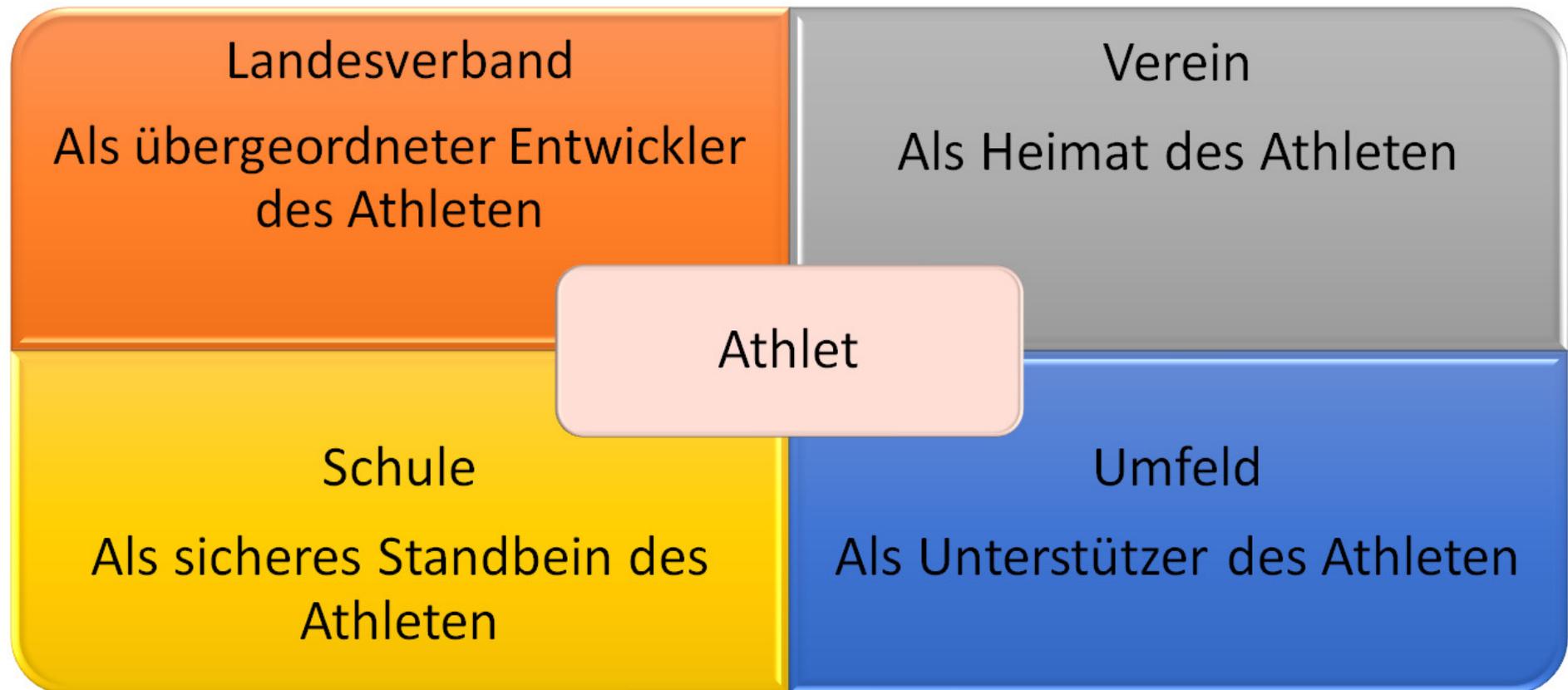
# Inhalte



- Einflussfaktoren und Rollenverteilung
- Sichtung und Nominierung
- Kompetenz und Kompetenzprofil
- Ziele, Leitgedanken und Prinzipien
- Langfristige Athletenentwicklung
- Trainingssystematik
- Special-Coach-Team
- Trainingsmethodik
- Analyse und Diagnostik

# Einflussfaktoren und Rollenverteilung

# Einflussfaktoren



# Einflussfaktoren im Detail



## Landesverband:

- Sicherung eines flächendeckend organisierten Wettspielangebotes für alle Spielklassen
- Aufbau und Optimierung effizienter Strukturen einer flächendeckenden Sichtung und Förderung von Talenten (in enger Abstimmung mit den Golfclubs)
- Ausbildungskonzeption für Talente (inklusive clubspezifischer Anpassungen)
- Qualifizierung von Trainern/-innen, Jugendleitern/-innen und anderen Mitarbeitern/-innen, um die sportlichen Aufgaben und Ziele eines Golfclubs kompetent abdecken zu können
- Konsequenter Ausbau der Dienstleistungsfunktion gegenüber den Vereinen inklusive einer systematischen Vereinsberatung

## Schule:

- Ausbau der Kooperationen zwischen Schule und Verein (z.B. innovative Projekte innerhalb der Ganztagschulen)
- Optimierung und Aufbau der Verbundsysteme von Schule und Leistungssport (Gymnasium Am Heidberg, Gymnasium Hochrad)
- Optimierung der Koordination von schulischen und sportlichen Anforderungen bei jugendlichen Golfathleten
- Zusätzliches Training im Zeitplan des Schulunterrichts (in enger inhaltlich-methodischer und belastungsgemäßer Abstimmung mit dem Vereinstraining)
- Intensivere Individualisierung des Ausbildungsprozesses für ambitionierte Perspektivspieler

## Golfclub:

- Bereitstellung von leistungs- und altersgemäßen Angeboten für wettbewerbsorientierte Golfspieler sowie ein interessantes Training
- Bestmögliche Qualität des sportlichen Prozesses durch eine übergeordnete Verbands- und Vereins-Ausbildungskonzeption, an der sich alle Vereinstrainer orientieren
- Bereitstellen geeigneter Infrastruktur für den Entwicklungsprozess

## Umfeld:

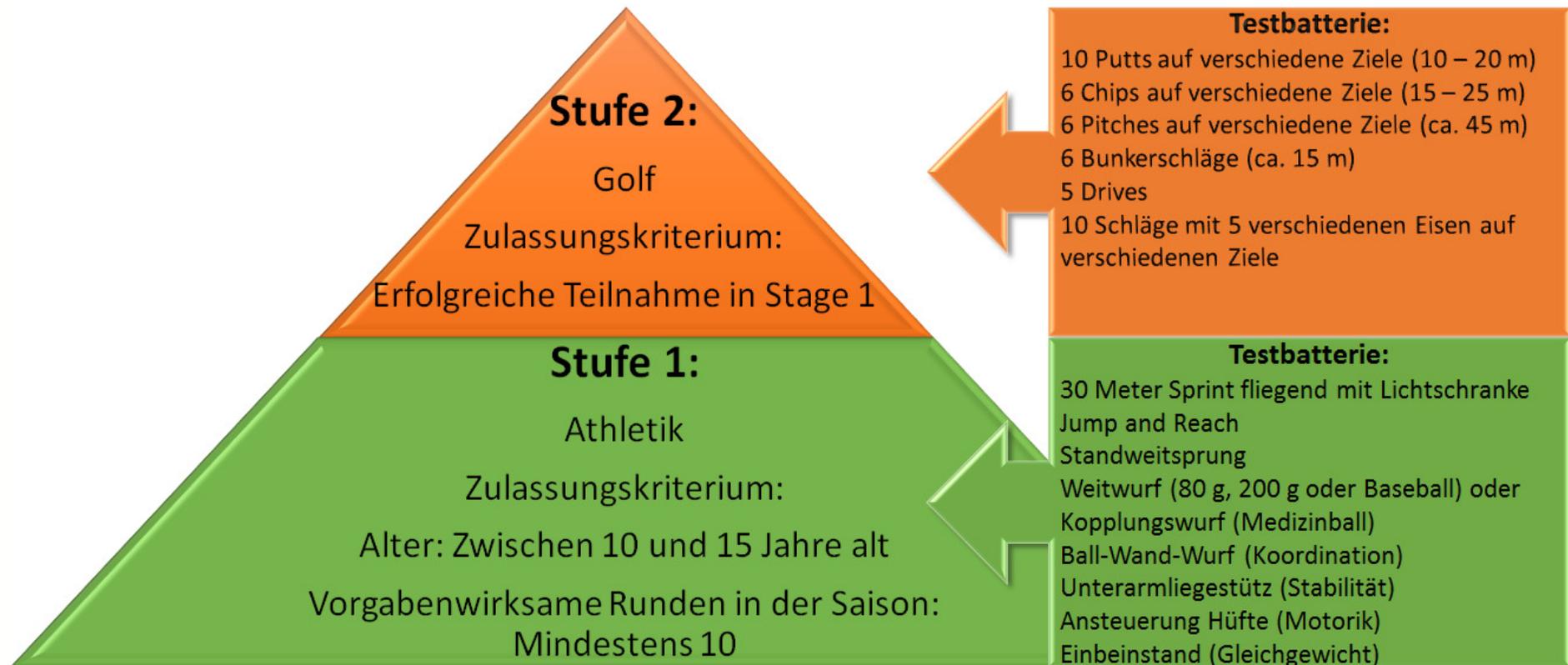
- Generelle Unterstützung des Gesamtsystems
- Ausschließlich positives Einwirken auf den Athleten
- Feedbackgeber für positive wie negative Entwicklungen

# Rollenverteilung



# Sichtung und Nominierung

# Sichtung „TryOuts“



# Nominierung



Ergebnisse  
Sichtung

Einschätzung  
Persönlichkeit

Einschätzung  
Leistungsfähigkeit

# Kompetenz und Kompetenzprofil

### Golfsport-relevante Fähigkeiten:

- **Kraft**
  - Schnellkraft
- **Schnelligkeit**
  - Bewegungsschnell
  - Beschleunigung
- **Beweglichkeit**
  - Gelenkbewegl.
  - Dehnungsfähigk
- **Ausdauer**
  - Langzeitausdauer
- **Koordination**
  - Rhythmus
  - Differenzierung
  - Gleichgewicht
  - Kopplung
  - Orientierung



### Golfsport-relevante Fertigkeiten:

- Rennen
- Springen
- Werfen
- Treten
- Schlagen
- Stoßen
- Hüpfen



### Golfsport-spezifische Kompetenzen

#### Putting

- Grünlesen
- Richtung
- Speed
- 
- 

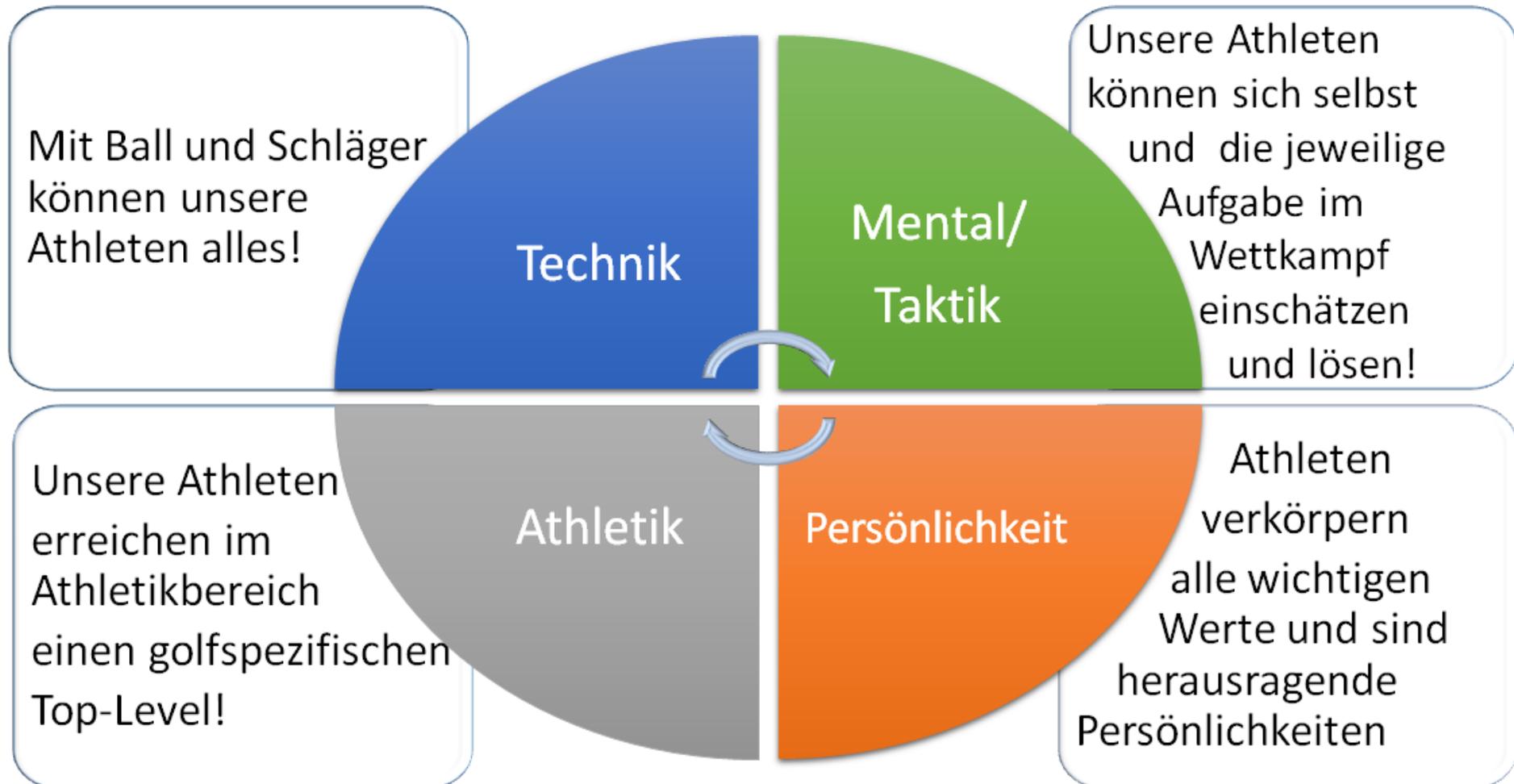
#### Chipping

- Längenkontrolle
- Höhenkontrolle
- Krafteinsatz
- Flug-Rollverhältniss
- 
- 

#### Full Swing

- Griff
- Posture
- Ausrichtung
- Ballposition,
- Stand
- Balance
-

# Kompetenzprofil



# Kompetenzprofil im Detail



## • Technik

- Richtungskontrolle
- Längenkontrolle
- Höhenkontrolle
- Flug-Roll-Verhältnis
- Spin Verhalten
- Untergrundbeschaffenheit
- Ball Lage
- Balance
- Rhythmus
- Kopplung
- Differenzierung
- Umstellung
- Grün lesen
- Zielen
- Bounce
- Sandmenge
- Hanglagen
- Shape
- SK-Geschwindigkeit
- Zielpräzision
- Wiederholbarkeit

## • Persönlichkeit

- Selbstbewusstsein
- Wille
- Mut
- Entschlusskraft
- Beharrlichkeit
- Konsequenz
- Organisation
- persönliche Leistungsfähigkeit
- Sozialkompetenz
- Instinkte
- Konzentration
- Flexibel
- Selbsteinschätzung
- Selbstmanagement
- Lernbereitschaft
- Zuverlässigkeit
- Optimismus
- Gestaltungswille
- Glaubwürdigkeit
- Risikobereitschaft
- Durchsetzungsvermögen
- Selbstkritik
- Fairness

## • Mental/Taktik

- Schlagplanung
- Selbsteinschätzung
- äußere Bedingungen einschätzen
- innere Bedingungen einschätzen
- Routine
- Zonen (Lay-up, nogo etc.) definieren
- Analysekompetenz
- Yardage Book
- Handlungslösung für jegl. Spielsituation
- Variabilität
- Kreativität
- Antizipation
- Visualisierung
- Umstellungsfähigkeit
- Druckresistenz
- Gegenwärtigkeit
- Routine
- stressresistent geg. innere Störeinflüsse
- stressresistent geg. äussere Störeinflüsse
- Reframing

## • Athletik

- körperliche Fitness
- Schnellkraft
- Kopplung
- Balance
- Rhythmus
- Mobilität
- Koordination
- Stabilität
- Ernährung

# Ziele, Leitgedanken und Prinzipien

# Ziele



## Ziele 1

### Vision Gold

#### Norddeutsche Athleten bei Olympischen Spielen

- Leitfunktion auf Landesebene mit nationaler/internationaler Strahlkraft
- Hohe Spielkompetenz Norddeutscher Athleten
- Erfolge im internationalen Amateur und Profibereich
- Langfristig angelegte Entwicklung im Jugendbereich

## Ziele 2

### Faszination Golf

#### Spaß am Golf – vom Anfänger bis zum Professional

- Eine breite Basis als Grundlage für den Leistungssport
- Einbindung des Golfsports in die Gesellschaft
- Einfachen Einstieg in die Sportart ohne Frust
- Schnelle Fortschritte durch effektive Lehr- und Lernstrategien

## Ziele 3

### Aktiv im Golf

#### Lebenslange Begeisterung für den Golfsport

- Sportlicher „Hafen“ für Golfer aller Altersklassen
- Förderung körperlicher, geistiger, emotionaler und sozialer Eigenschaften
- Individuelle Gesundheitsvorsorge
- Golf als integrativer Sport

# Leitgedanken



## Motiv 1:

### Individuelle Förderung

- Voraussetzung ist ein intensives persönliches Interesse des Coaches/Trainers an jedem Spieler
- Ebenso wie eine Begleitung neben Training und Wettkampf bis in den Athletenalltag
- Eine detaillierte und regelmäßige Analyse des aktuellen Entwicklungsstandes
- Sinnvolles, umfangreiches und individuelles Trainings- und Wettkampfprogramm
- Individuell angepasste Erhöhung von physischen und psychischen Belastungsreizen

## Motiv 2:

### Persönlichkeitsförderung

- Athleten werden nicht nur auf eine Sportkarriere vorbereitet, sondern auch auf das Leben
- Eigenverantwortlichkeit, Selbstmanagement und Eigeninitiative werden entwickelt
- Selbstbewusstsein, Selbstkritik, Wille, Beharrlichkeit und Mut werden gefördert
- Schulung von Druck- und Stressresistenz in jeder Situation auf und neben dem Golfplatz
- Fairness, Toleranz, Zuverlässigkeit und Autentizität als Basiselemente eines vorbildlichen Athleten

## Motiv 3:

### Schlüsselfunktion Coach

- Hauptaufgabe des Coaches ist die Vermittlung von Spaß, Freude und Motivation für Bewegung allgemein und das Golfspiel speziell
- Hinzu kommt das Herausbilden einer positiven Grundeinstellung zum leistungsorientierten Golfsport
- Die Planung und Steuerung eines langfristigen, leistungsfördernden Entwicklungsprozess
- Entwicklung einer gesunden, positiven und fördernden Einstellung zu Test- und Wettkampfergebnissen
- Vorbild und Autorität immer und überall

# Prinzipien



## Prinzip 1 Langfristige Athletenentwicklung

- Berücksichtigung von Wettkämpfen und Trainingsumfängen je nach Entwicklungsstufe
- Intelligente Interpretation von Test- und Wettkampfergebnissen
- Berücksichtigung der Anteile von Athletik, Technik und Wettkampf je nach Entwicklungsstufe
- Aufbau eines Sichtungssystem, das Quereinsteiger berücksichtigt

## Prinzip 2 Berücksichtigung des biologischen Alters

- Um objektive Nominierungen vornehmen zu können
- Um homogene Trainingsgruppen gestalten zu können
- Um Test- und Wettkampfergebnisse objektiv interpretieren zu können
- Um Trainingsumfänge und Trainingsinhalte passend zu Entwicklungsstufe gestalten zu können

## Prinzip 3 Trainingsmethodik nach Grundsätzen des motorischem Lernen

- Unterstützung bei der Suche nach einer individuellen Lösung
- „Fehler“ als Werkzeug zur Leistungssteigerung
- Golf als Aufgabenspiel
- Lernen als Entdeckungsreise – mit ungewissem Ausgang
- Die Entwicklung von Kompetenzen steht ergebnisunabhängig im Vordergrund

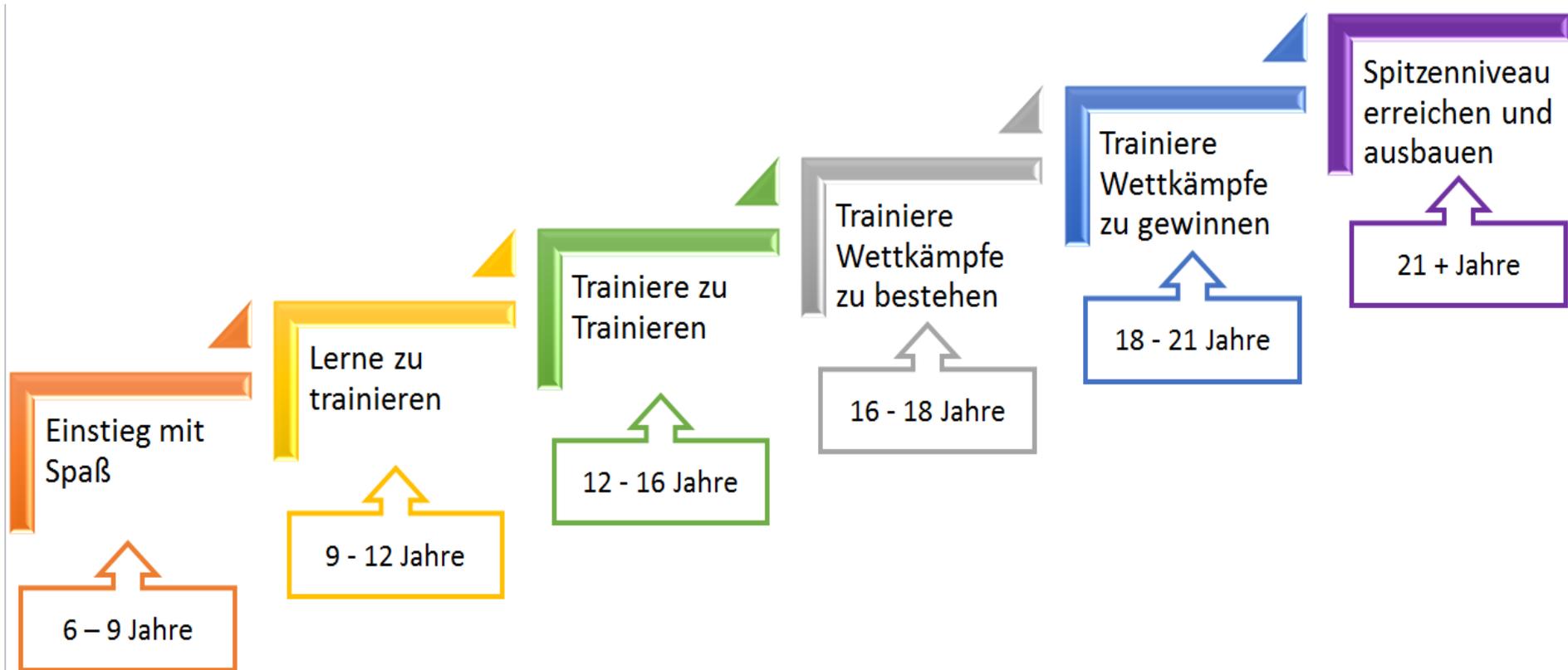
# Langfristige Athletenentwicklung

# Der Weg zu Olympia



Zielebenen	Olympia 2024	Olympia 2028
European Tour Top 60 - mit 28	Heute 24 Jahre alt	Heute 20 Jahre alt
Challenge Tour Top 15 – mit 25	Heute 22 Jahre alt	Heute 18 Jahre alt
Pro-Golf-Tour Top 5 – mit 22	Heute 20 Jahre alt	Heute 16 Jahre alt
Amateur internationale Spitze – mit 20	Heute 19 Jahre alt	Heute 15 Jahre alt
Amateur nationale Spitze – mit 18	Heute 17 Jahre alt	Heute 13 Jahre alt
Amateur regionale Spitze - mit 15	Heute 14 Jahre alt	Heute 10 Jahre alt

# Langfristige Athletenentwicklung



# Einstieg mit Spaß (♂ 6-9 ♀ 6-8)



## Inhalte

- Spaß, Teilnahme in einer kindzentrierten, spielerischen Umgebung
- Fokus auf grundlegende Bewegungsfertigkeiten
- Athletische Grundlagen wie Wendigkeit, Gleichgewicht, Koordination und Schnelligkeit
- Athletiktraining mit dem eigenen Körpergewicht
- Einfache Regeln und Fairness
- Spielerisches Heranführen
- Kinder lernen "laufen, springen, werfen"
- Ballschule Golf
- Kennenlernen der Grundtechniken

## Wettkämpfe

- Bambiniturniere
- Athletikparcours, Fun-Wettspiele oder Athletik-5-Kampf
- Altersangepasste Golfplatzlängen

## Trainer-Leitgedanken

- Kleine Gruppen, viele Bewegungsaktivitäten für jeden!
- Begeisterung für das Bewegen und Spielen wecken!
- Einfache Bewegungsaufgaben interessant „verpacken“!
- Vielseitige Aufgaben mit verschiedenen Bällen stellen!
- Einfache Regeln vermitteln!
- Ein Herz und offenes Ohr für Kinder haben!
- Training ist Spielen mit vielen Ball-Schläger-kontakten für jeden!
- Kreativität und Spielfreude fördern!
- Durch „Ausprobieren lassen“ das Lernen fördern!
- Geduld zeigen! Kein Zeit- und Leistungsdruck!
- In jeder Situation Vorbild für die Kinder sein!

# Einstieg mit Spaß (♂ 6-9 ♀ 6-8)



## Merkmale

- Bewegungsfertigkeiten,
- Grundlegende Sportfertigkeiten,
- Golftechniken kennenlernen

## Athletik

- Fokus auf Balance, Beweglichkeit, Koordination
- Laufen, springen werfen
- 70-80 % der Trainingseinheit sollte aus athletischen und koordinativen Sportübungen bestehen
- Ballschule Golf

## Golf

- Alle Techniken werden vorgestellt
- (Grün lesen, zielen, etc.)

# Einstieg mit Spaß (♂ 6-9 ♀ 6-8)



## Quantitäten

- Bambini Platz
- 1 x 60-90 min Training mit fundamentalen Bewegungsfähigkeiten (springen laufen, werfen)
- Alles unter dem FUN Faktor
- Bis zu 3 x 60 min andere Sportaktivitäten

## Sonstiges

- Neugier fördern
- Schatzkiste füllen

# Lerne zu trainieren (♂ 9-12 ♀ 8-11)



## Inhalte

- Spaß und Entwicklung von grundlegenden sportlichen Fähigkeiten
- Großer Fokus auf dem Erlernen von sportartübergreifenden Fertigkeiten und dem Beherrschen von Bewegungen
- Einführung und idealerweise Beherrschen von allen allgemeinen Bewegungsfertigkeiten
- Kindgemäße Übungen und Spiele mit dem eigenem Körpergewicht
- Kinder können „springen, laufen, werfen, hüpfen, schlagen, kicken“
- Golftechniken festigen und verfeinern
- Erlernen von Grundtechniken von Krafttrainingsübungen

## Wettkämpfe

- 7 – 10 Jugendclubturniere
- 9 und 18 Löcher
- Athletikparcours, Fun-Wettspiele und Athletik-5-Kampf
- Altersangepasste Golfplatzlängen

## Trainer-Leitgedanken

- Individuelle Stärken fördern!
- Technik-Training ist vor allem Spieltraining!
- Ein taktisches „Grund-ABC“ vermitteln!
- Fairness, Zuverlässigkeit, Höflichkeit... vorleben!
- Üben und Spielen zum gleichen Schwerpunkt verbinden!
- Mit individuellem Training beginnen!
- Intensiv kommunizieren und Spieler aktiv einbinden!

# Lerne zu trainieren (♂ 9-12 ♀ 8-11)



## Merkmale

- Bewegungsfertigkeiten, erlernen von sportartübergreifenden Fähigkeiten, Golftechniken verfeinern

## Athletik

- Schnelle Ballsportarten
- Schnelligkeit
- Mit eigenem Körpergewicht, Pezziball, Medizin-bälle für Mobilität und Stabilität
- Dynamisches Warm-up
- Erlernen der Grundtechniken von Krafttrainings-übungen

## Golf

- Techniken werden verfeinert

## Lerne zu trainieren (♂ 9-12 ♀ 8-11)

### Quantitäten

- 20 % Wettkampf: 9 Loch
- 80 % Training: 2 x 90 min  
Training mit fundamentalen Bewegungsfähigkeiten (springen laufen, werfen, hüpfen, schlagen, prellen, kicken)
- Fun Faktor
- Bis zu 2 andere Sportarten

### Sonstiges

- Course Management
- Score
- Routine kennenlernen
- Erste Konzentrationsübungen
- Fairness

# Trainiere zu trainieren (♂ 12-16 ♀ 11-15)



## Inhalte

- Spaß, Athletische Entwicklung, festigen golfspezifischer Kompetenzen
- Größere athletische Entwicklungsmöglichkeiten
- Kontrolle von Wachstumsschüben und Beurteilung des Muskel-Skelett-Systems
- Entwicklung von Hilfsprozessen und mentalen Fertigkeiten
- Fördern von Eigeninitiative, Leistungsmotivation, Willenseigenschaften
- Einführung von Hanteltraining
- Fördern von Spielfreude und – Kreativität
- Fördern persönlicher Verantwortung für sich auf und neben dem Platz
- Stabilisieren der Freude am Golfspielen
- 800 – 1.000 Ballkontakte pro Woche

## Wettkämpfe

- 2-4 Clubturniere im Monat
- Nationale und regionale Turniere
- Erste internationale Turnier Erfahrungen
- Altersangepasste Golfplatzlängen

## Trainer-Leitgedanken

- Individuelle Entwicklungsunterschiede beachten!
- Individuell fördern: Stärken stärken, Schwächen schwächen!
- Eigeninitiative und -motivation aufbauen und stabilisieren!
- Kreativität ist wichtiger als starre technische Abläufe!
- Komplexer trainieren, aber die Individualität beachten!
- Die Spieler aktiv einbinden! Mitbestimmung ermöglichen!
- Sportliche + schulisch-berufliche Belastungen koordinieren!

# Trainiere zu trainieren (♂ 12-16 ♀ 11-15)



## Merkmale

- Kritisches Phase
- beinhaltet stärkste Wachstumsphase
- qualitativ hochwertige Golf Skills

## Athletik

- Körperliche Fitness wird ganzheitlich ausgebildet:
- Koordination
- Spingen, Sprinten, Werfen
- Schnellkraft, Stabilität, Mobilität, Ausdauer
- Krafttraining mit Therraband, Medizinball, Pezziball

## Golf

- Golf Skills 10-20 % Block, 80-90 % Variabel
- *800-1000 Ballkontakte*

# Trainiere zu trainieren (♂ 12-16 ♀ 11-15)



## Quantitäten

- 40% Wettkampf: 2 Runden Golf
- 60 % Training: 2 x Training
- 1 x selbstständiges Training
- FUN
- Max. 1 weitere Sportart

## Sonstiges

- Regenerationstechniken kennen lernen
- Golfregeln
- Taktik
- Routine verfeinern
- Einführung der Rundenanalyse

# Trainiere Wettkämpfe zu bestehen (♂ 16-18 ♀ 15-17)



## Inhalte

- Spaß, Athletische Entwicklung, festigen golfspezifischer Kompetenzen
- Größere athletische Entwicklungsmöglichkeiten
- Kontrolle von Wachstumsschüben und Beurteilung des Muskel-Skelett-Systems
- Entwicklung von Hilfsprozessen und mentalen Fertigkeiten
- Einführung von Hanteltraining
- Ernsthaftigkeit, Leistungswillen und Freude am Golfspielen

## Wettkämpfe

- 2-3 Clubturniere im Monat
- Nationale und regionale Turnier
- 2-4 internationale Turniere im Jahr (Junioren)
- Altersangepasste Golfplatzlängen

## Trainer-Leitgedanken

- Für eine erhöhte Individualisierung im Training sorgen
- Ein funktionierendes Trainer-Team aufbauen
- Intensiv, aber dennoch dosiert belasten
- Eine ausreichende Spielpraxis sicherstellen
- Individuelle Leistungsschwankungen regulieren
- Außersportliche Einflußfaktoren beachten

# Trainiere Wettkämpfe zu bestehen (♂ 16-18 ♀ 15-17)



## Merkmale

- Spezialisieren von sportartspezifischen Fertigkeiten (Golfskills)
- Athletik

## Athletik

- Individueller Athletikplan auf die körperlichen Belange zugeschnitten
- Progressive Belastungssteigerung im Krafttraining
- 40% Athletik des Trainings
- Athletikplan für Turnierreisen
- Krafttraining mit freien Gewichten

## Golf

- Golf skills 5% Block und 95 % Variabel
- Hohe Technik- und Taktikkompetenz
- Wettkampfkompetenz

# Trainiere Wettkämpfe zu bestehen (♂ 16-18 ♀ 15-17)



## Quantitäten

- 60 % Wettkampf:  
2-4 Runden Golf
- 40 % Training:  
3 x Training
- 2 x selbstständiges Training
- Keine weitere Sportart

## Sonstiges

- Gefittete Schläger
- Routine festigen
- Proberunden
- Ernährung
- Regenerationstechniken
- Rundenanalyse
- Unter Druck zu spielen  
(mental Skills)
- Organisation auf Reisen

# Trainiere Wettkämpfe zu gewinnen (♂ 18-21 ♀ 17-21)



## Inhalte

- Maximierung und Integration aller physischen Systemen und golfspezifischer Kompetenzen
- Weiterentwicklung fortgeschrittener taktischer und mentaler Hilfssysteme
- Maximierung von Hilfssystemen wie Ernährung, Warm-Up, etc.
- Fokus auf Erholung und Wiederherstellung
- Fokus auf die Entwicklung aller Aspekte aus Training und Leistungsfähigkeit
- Golfspezifisches Kompetenz-, Taktik- und Athletiktraining
- Fördern von Leistungswillen und Disziplin auf und neben dem Golfplatz

## Wettkämpfe

- Nationale Turniere
- 4-8 internationale Turniere (Junioren)
- Selbstständige Turnierplanung
- Internationale Turniere Erwachsenenbereich

## Trainer-Leitgedanken

- An der Weltspitze orientieren
- Ein funktionierendes Trainer-Team aufbauen und leiten
- Taktische Fähigkeiten fördern
- Automatismen wenn nötig, Kreativität wenn möglich
- Eigeninitiative der Spieler für die eigene Leistung fördern
- Spielerpersönlichkeiten und „Typen“ fördern

# Trainiere Wettkämpfe zu gewinnen (♂ 18-21 ♀ 17-21)



## Merkmale

- Optimierung der Wettkampfperformance
- athletische Entwicklung
- Hochleistungstraining

## Athletik

- Individueller Athletikplan auf die körperlichen Belange zugeschnitten
- Progressive Belastungssteigerung im Krafttraining
- Athletikplan für Turnierreisen
- Verletzungs-prävention

## Golf

- Golf skills 3% Block und 97 % variabel

# Trainiere Wettkämpfe zu gewinnen (♂ 18-21 ♀ 17-21)



## Quantitäten

- 75 % Wettkampf:  
3-5 Runden Golf
- 25 % Training:  
3 x Training
- 4 x selbstständiges Training
- Keine weitere Sportart

## Sonstiges

- 1-2 x Equipment Fitting im Jahr
- Ernährung
- Regenerationstechniken
- Organisation auf Reisen
- Unter Druck spielen

# Spitzenniveau erreichen und ausbauen

(♂ 21+ ♀ 21+)



## Inhalte

- Optimiertes Selbstmanagement
- Stabile Abläufe mit höchster Dynamik in jeder Drucksituation
- Taktische Stabilität und Variabilität angepasst an jede Spielsituation
- Golfspezifische Fitness auf Top-Niveau
- Intensive Leistungsdiagnostik

## Wettkämpfe

- Hochwertigste Turniere auf Top-Niveau

## Trainer-Leitgedanken

- Ziele für Athleten genau formulieren
- Leitbild des Golfprofessionals für den Athleten definieren und fordern
- Sich regelmäßig mit erfahrenen Spielern austauschen
- Erfahrene Spieler beim Heranführen junger Spieler einbinden
- Höchste Professionalität für sich und Vorbild für alle

# Trainiere Wettkämpfe zu gewinnen (♂ 18-21 ♀ 17-21)



**Merkmale**

**Athletik**

**Golf**

# Trainiere Wettkämpfe zu gewinnen (♂ 18-21 ♀ 17-21)



Quantitäten

Sonstiges

# Trainingssystematik

# Trainingsystematik



Analyse der Kompetenzen

Identifizieren der drei größten leistungslimitierenden Kompetenzen

Definition von einer Hauptkompetenz und zwei Nebekompetenzen

Arbeit ausschließlich an diesen drei Kompetenzen über ein selbständig durchzuführendes und aufgabenorientiertes Trainingsangebot

14-tägiger Kadertrainingstag zur Analyse und Anpassung der Aufgaben

# Ausbildungssystematik

