

# B-/C-Trainer-Fortbildung 2016 des Tennisverbandes Sachsen-Anhalt e.V. am 29./30.10.2016



## Ablaufplan

### Sonnabend, 29.10.2016

- 09:45 Uhr:** Anmeldung
- 10:00–10:30 Uhr:** Dr. Michael Heinz, Referent für Lehrwesen  
Offizielle Eröffnung und Begrüßung der Lehrgangsteilnehmer,  
Organisatorisches zum Ablauf.
- 10:30–13:00 Uhr:** OÄ Dr. Margit Rudolf / OA Dr. Steffen Drange: 3 UE (T)  
Sportmedizinisch/orthopädische Probleme bei jugendlichen  
Leistungssportlern
- 13:00–13:45 Uhr:** Mittagspause
- 13:45–15:15 Uhr:** Jörn Schramek / Dr. Michael Heinz: 2 UE (T/P)  
Aktuelle Entwicklungen im Tennis im DTB - „talentinos“ und „TennisXpress“
- 15:15–15:30 Uhr:** Kaffeepause
- 15:30–18:00 Uhr:** Helge Tiede / Egbert Gadde (LSB Sachsen-Anhalt): 3 UE (T)  
Menschlichkeit und Toleranz im Sport / Prävention gegen sexuelle Gewalt

### Sonntag, 30.10.2016

- 10:00–17:00 Uhr:** Jens Peter (Hannover): 8 UE (T/P)  
Kayfacts im Tennis-Leistungssport

dazwischen

- 13:00–13:45 Uhr:** Mittagspause

- 15:30–15:45 Uhr:** Kaffeepause

#### 1. Qualitätssicherung im Techniktraining

- Griffe
- Keypoints Schwung
- Keypoints Gesamter Körper
- Treffpunktanalyse
- Muskelspannungsverlauf

#### 2. Trainingssteuerung:

- Aktuelle Taktiken der Weltspitze
- Notwendige Trainingsinhalte orientiert an der Weltspitze
- Trainerposition und Zuspiel
- Zählweisen und Zielflächen/Zonen

Im Anschluss: Abschlussdiskussion (Moderation: Referent für Lehrwesen)

#### Legende:

UE = Unterrichtseinheit  
T = Theorieteil  
P = Praxisteil

Änderungen vorbehalten!

