



# DSV-Weiterbildung Slackline

In Kooperation mit der Firma slackstar

# Zielsetzung der Ausbildung

Die Weiterbildung befähigt, die Grundlagen des Slacklinens zu vermitteln sowie Kurse zu planen, zu organisieren und zu führen.

# Zuständigkeit und Träger

Die Konzeption der Weiterbildung obliegt der DSV-Ausbildungsakademie. Verantwortlich für die DSV-Weiterbildung Slackline sind die DSV (nordic) aktiv Ausbildungszentren.

# Zulassungsvoraussetzungen

- Grunderfahrungen im Slacklinen
- Vollendung des 16. Lebensjahrs
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen
- Nachweis einer Erste Hilfe Ausbildung (16 LE), die nicht älter als zwei Jahre ist  
(Bescheinigung kann nachgereicht werden!)

# Ausbildungsinhalte

**Gesamt:** 18 Lerneinheiten (LE)

**Ausbildungslehrgang:** 18 LE

Der Ausbildungslehrgang wird an zwei aufeinanderfolgenden Tagen absolviert.

( 10 LE Praxis / 8 LE Theorie)

## Literaturempfehlung:

Volery, S./Rodenkirch T.: Die Slackline als Trainingsgerät für den Skisport. FdSnow 35 (2009)

Miller, F.G./Frisinger, F.: Lehrbuch Slackline: Tipps, Tricks, Technik. Panico Alpinverlag 2009

Zusätzlich wird folgende Literatur empfohlen:

-DSV Theorielehrbuch, DSV 2010

# (A) Theorie

## Einführung (1 LE)

Entwicklung des Slacklinens, Koordinationstraining, Gleichgewichtstraining  
Körpererfahrung, Mehrperspektivität, Anwendungen

## Slacklinearten (1 LE)

Standardline, Beginnerline, Surfline, Jumpline, Rodeoline, Waterline,  
Longline, Highline

## Aufbau und Material (2 LE)

Geländewahl, Naturschutz, Fixpunkte (Outdoor, Indoor), Spannsysteme,  
Belastbarkeit und Festigkeit, Kräfte beim Slacklinen, Testergebnisse

## Sicherheit (1 LE)

Rechtliche Grundlagen, Aufsichts- und Sorgfaltspflichten, Regeln, Gefahren  
und Unfälle, Aufbauanleitung

## Gleichgewichts-/Koordinationstraining (1 LE)

## Beinachsen-/Muskelkettentraining (1 LE)

# (B) Praxis

## Methodik (3 LE)

Einstieg

Stürzen und Abspringen

Spielformen

Tricks

Lehr- und Lernmittel

## Lehrübung (1 LE)

Methodischer Aufbau einer Unterrichtseinheit

Lehrverhalten

Unterrichtsorganisation

Fachdidaktik

## Aufbau und Material (1 LE)

## Gleichgewichts-/Koordinationstraining (2 LE)

## Praktische Übungszeit (4 LE)

# Programmablauf



# Freitag

Bis 19.00 h

Anreise (Abendessen)

20.00 h

Eröffnung

20.00-22.00 h

Theorie

- Einführung
- Slacklinearten

# Samstag

08.30-10.00 h Aufbau und Material

10.00-12.00 h Methodik und Lehrübung

12.00-13.00 h Mittagessen

13.30-17.30 h Methodik / praktische Übungszeit

18.00-19.00 h Abendessen

19.00-21.00 h Material  
Sicherheit

## **Sonntag**

09.00-11.00 h Koordinations-/Gleichgewichtstraining  
Beinachsen-/Muskelkettentraining

11.00-12.00 h Anwendung Koordinations-/  
Gleichgewichtstraining

12.00-13.00 h Mittagessen

13.00-14.30 h Praktische Übungszeit

15.00-15.30 h Abschlussbesprechung