

## Einladung zum DSV Trainertag Alpin am 4. Juli 2015 in Unterhaching

**Beginn:** 9.15 Uhr  
**Ort:** Grund- und Mittelschule am Sportpark  
Anton-Troppmann-Weg 1  
82008 Unterhaching  
(direkt gegenüber des Stadions der SpVgg Unterhaching, Parkplätze vorhanden)

Liebe Skisportfreunde,

Zum Trainertag Ski Alpin möchten wir hiermit alle Trainer, Sportler, Funktionäre und Freunde des alpinen Skirennsports herzlich einladen.

Die DSV Trainerschule freut sich, in diesem Jahr einen Gastdozenten begrüßen zu dürfen, der national und international zu den renommiertesten Experten auf dem Gebiet des Kinder- und Jugendtrainings zählt.

Prof. Dr. Jürgen Weineck wird über das Thema „Die Notwendigkeit eines speziellen und kompensatorischen Ausgleichstrainings“ referieren. Er ist u.a. Autor des Grundlagenwerkes „Optimales Training: Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings“.

Im Rahmen einer Podiumsdiskussion mit Wolfgang Maier, Mathias Berthold und Klaus Rambach wird die DSV-Philosophie Ski Alpin/Skicross vorgestellt und diskutiert. Im Anschluss daran stellen Trainer aus Vereinen und Regionen ihre Konzepte und Erfahrungen aus dem Nachwuchstraining vor. Explizit gewünscht sind in diesem ersten Teil des Trainertags Fragen und Diskussionen seitens aller Teilnehmer.

Nach der Mittagspause steht das Nachwuchstraining im Mittelpunkt. Andreas Ertl und Andreas Kindsmüller stellen die allgemeine sowie skispezifische Ausrichtung des Nachwuchstrainings vor.

Die Praxisstationen sind gezielt auf das Kinder- und Schülertraining ausgerichtet. Vorgestellt werden einfach umsetzbare Programme für die Trainingspraxis zu unterschiedlichen Schwerpunkten.

In der Mittagspause gibt es die Möglichkeit sich zu verpflegen. In Verbindung mit einer zweitägigen Hospitation bei einer DSV Trainingsgruppe gilt der Trainertag Alpin als Fortbildung zur Lizenzverlängerung.

**Wir bitten Sie, diese Einladung an alle interessierten Personen weiterzuleiten und freuen uns auf Ihr zahlreiches Erscheinen!**



GESCHÄFTSFÜHRER: HUBERT SCHWARZ / THOMAS PFÜLLER | HRB 158444 | EINTRAGUNG IN MÜNCHEN | VORSITZENDER DES AUFSICHTSRATES: DR. FRANZ STEINLE

Hauptsponsoren



Partner PR



Exklusivausrüster



PARTNER DER  
DEUTSCHEN SKI-NATIONAL-  
MANNschaften

# Programm zum DSV Trainertag Alpin am 4. Juli 2015 in Unterhaching

Grund- und Mittelschule am Sportpark  
Anton-Troppmann-Weg 1  
82008 Unterhaching

- 9.15 Uhr**    **Eröffnung DSV Trainertag und Gesprächsrunde zum Thema „Alpine Visionen“**  
Moderation: Ralph Eder (DSV Pressesprecher)  
Gesprächsrunde: Wolfgang Maier (DSV Sportdirektor Alpin), Mathias Berthold (Bundestrainer Herren), Klaus Rambach (GF BSV, zukünftig GF BLSV)
- Vorstellung Best-Practice-Modelle mit Diskussion**
- Matthias Pohlus (SC Starnberg)
  - Trainer U16 Oberland (Michaela Schmotz, Fabian Datzler, Anna Bergmann)
  - Manfred Rosenauer (WSV Peiting)
- 11.00 Uhr**    **Vortrag: Die Notwendigkeit eines speziellen Trainings, aber auch eines kompensatorischen Ausgleichs-(Cross)trainings (Teil 1)**  
Referent: Prof. Weineck
- 12.00 Uhr**    **Mittagspause**
- 13.00 Uhr**    **Vortrag: Die Notwendigkeit eines speziellen Trainings, aber auch eines kompensatorischen Ausgleichs-(Cross)trainings (Teil 2)**  
Referent: Prof. Weineck
- 14.00 Uhr**    **Nachwuchstraining**  
**Entwicklung der Skitechnik im Nachwuchsrennsport**  
Andreas Kindsmüller (leitender Schülertrainer)  
**Ausrichtung Nachwuchsentwicklung im DSV**  
Andreas Ertl (Cheftrainer Nachwuchs),
- 15.00 Uhr**    **Stationsbetrieb Praxis**
- Station 1: Trainings- und Spielformen für das Aufwärmen und/ oder Ausdauertraining im Kindesalter (Maria Beil und Michael Laube)
  - Station 2: Trainingsformen für das Krafttraining im Kindesalter (Thomas Siegel und Nina Perner)
  - Station 3: Trainingsformen für das Koordinationstraining (Svenja Hujara und Simon Meraner)
  - Station 4: Mobilisation (Annika Stolz)
- 17.00 Uhr**    **Abschluss**



GESCHÄFTSFÜHRER: HUBERT SCHWARZ / THOMAS PFÜLLER | HRB 158444 | EINTRAGUNG IN MÜNCHEN | VORSITZENDER DES AUFSICHTSRATES: DR. FRANZ STEINLE

Hauptsponsoren



Partner PR



Exklusivausrüster



PARTNER DER  
DEUTSCHEN SKI-NATIONAL-  
MANNschaften