

1T	Einführung und Anliegen (Sportaktive- und funktionale Biografie der Teilnehmer)	• Einführende Selbstvorstellung von Person und Ambition • soziale Interaktion, Abbau von Verkrampfung, Motivierung • Verdeutlichung der Thematik / erste Selbsteinschätzung - Abgleich konkreter Individualanliegen mit denen des Ausbildungsträgers
2T	1. Der organisierte Radsport <i>System und Netzwerk der Multiplikatoren-Ausbildung</i> <i>Verbands- und Vereinsstrukturen</i> <i>Struktur / Ziele / Vereinsarbeit</i> <i>Radfahren im org. Breitensport</i>	• Verständnis der (Rad)sport-Organisationsstrukturen (Breitensport im gesellschafts-politischen Kontext) • Darlegung breitensportlicher Radsportsysteme / Netzwerke / Veranstaltungen • Verdeutlichung von Förderstrukturen und -begründungen (Verein, Trainer, Nachwuchs, Mitglieder, Angebote, etc.) • Aufzeigen von Möglichkeiten und Anliegen der Ausbildung zum Trainer/Guide (Vereine und Verbände als Dienstleister des organisierten Radsports → Potenzial → Bike-Treff/Guide, Definitionen, Möglichkeiten, Initiativen)
½T	2. Verantwortungs- und Gewissensbildung (Rechte & Pflichten)	• Sensibilisierung bzgl. der Verpflichtungen/Zuständigkeiten eines Trainers/Guides in Bezug auf die zu betreuenden Personen sowie deren Umfeld (Aufklärung, Fairness, Mündigkeit) • Aufklärung bzgl. ökologischer Verantwortung sowie MTB-Lobbyarbeit (Naturverständnis, Waldgesetz) • Sensibilisierung bzgl. sicherheitsrelevanter Vorkehrungen und Maßnahmen für Radsportler/Gruppen im Straßenverkehr (Zeichensprache, Sicherheit, Unfallprävention, Agieren-Reagieren) • Verdeutlichung eines mündigen, moralischen und fairen Leistungsverständnisses
½T	<i>Selbst-, Sorgfalts- und Obhutspflichtung</i>	
½T	<i>Straßenverkehrsordnung (StVO)</i>	
½T	<i>Umwelt und Natur (Betretungs- und Waldrecht)</i>	
½T	<i>Vereinsrecht / Versicherungspflicht (Pflichten, Nutzen)</i>	
1T	<i>Moral und Fairness (Anti-Doping)</i>	
1T	3. Physiologisches Grundverständnis <i>Merkmale und Funktionsweise eines Radsportlerkörpers</i> <i>Motorische Entwicklung, Differenzierung und Trainierbarkeit (Adaptation)</i> <i>Leistungsbasierende und fördernde Handlungsweisen</i>	• Körperliches Grundverständnis (Körperbaumerkmale, Muskulatur, Funktionsweisen) • Herleitung des Verständnisses für physiologische und zielgruppendifferenzierte Belastbarkeit/Trainierbarkeit → Motorische Entwicklung / ADAPTATIONEN • Verständnis über Zusammenhänge physiologischer Parameter und Voraussetzungen (Bewegungsapparat, Muskulatur, HKS, Blut, Atmung, Psyche, etc.) • Begründung des Radsports aus präventiver, gesundheitssportiver und regenerativer Sicht (Präventivaspekte – Erwärmung, Gymnastik, Dehnung, Präparation / Regeneration und Wiederherstellung / Ernährung – Energiebedarf / Risikobewusstsein)

1T 2T / 2P 3T 1T / 2P ½T / 2P	4. Radsporttraining <i>Disziplin- und Leistungsanalyse</i> <i>Trainingsmittel und Methoden</i> <i>Trainingsplanung</i> <i>Trainings- und Belastungssteuerung (Anpassung)</i> <i>Alternativ- und Ergänzungstraining</i>	- Herleitung eines konkreten Sport-, Trainings- und Leistungsverständnisses (Definition, Leistungsfaktoren, etc.) - Querverständnis zielgerichteter Adaptation und notwendiger Maßnahmen (Trainingsmittel/ –methoden) - Verdeutlichung grundlegender Planungsschritte und -muster → Periodisierung & Zyklisierung (MAZ, MEZ, MIZ, TE) - Schaffung erster konkreter Erfahrungen in der Trainingsplangestaltung (Erarbeitung von Praxisbeispielen durch Verbindung vom Saisonzielen, Zielgruppen, Trainingsmitteln, Methoden und Planungsmustern) - Aufzeigen von Notwendigkeit und Möglichkeiten den Trainingsprozess zu diagnostizieren und zu steuern (SOLL-IST) → Erzeugen eines plausibel intervenierenden Trainerverhaltens (der Trainer als kalkulierende Stellgröße) - Agonistische/antagonistische Bewegungsmuster, Winterprogramm, Ausgleichssport
1T / 1P ½T / 1P 3P ½T / 6P	5. (a) Bike-Technik / Equipment (b) Fahr-Technik / Fahrsicherheit <i>Material / Service / Check / Reparatur</i> <i>Einstellung / Biometrie</i> <i>Koordination, Angstabbau, Sicherheit</i> <i>Fahr- und Bewegungstechnik</i>	- Technisches Verständnisses bzgl. des Funktionsprinzips von Sportgeräten und Anbauteilen - Materialpflege und Service - Befähigung zur Selbsthilfe im Umgang mit Pannen und Reparaturen - Sportequipment als begleitende Leistungsvoraussetzung (praktikable und notwendige Bekleidung, Wettkampfbekleidung, situative bzw. aktivitätsbezogene Ausstattung) - Basisverständnis über Bewegungsmuster im Bezug zum Sportgerät (Bewegungsökonomie und Sicherheit als Kriterium, Sitzposition, Bewegungszyklus) - Aufzeigen päd.-did. Methodenvielfalt durch Spiele mit dem Rad, Methodische Reihen/ Hinführung (koordinative Fähigkeiten → fahrtechnische Fertigkeiten) - Situative Selbst- und Fahrsicherheit im freien Gelände und offenen Straßenverkehr - Schulung fahrtechnischer Grundfähigkeiten (Technikgrundbaum: Auf -und Absteigen, Bremsen , Schalten, Kurvenfahren - Drücken/Steuern/Legen, Überfahren/Ausweichen von Hindernissen, Gruppenfahren, Abwechseln, Zeichengebung, KSP-Belastung)

1T 1T / 5P ½T / 2P 2T / 1P	6. (a) Trainerkompetenzen (b) Gruppen- und Risikomanagement <i>Soziale, pädagogische und methodische Kompetenzen</i> <i>Gruppenführung und Betreuung</i> <i>Risikomanagement (Vorsorge und Lösungsansätze)</i> <i>Veranstaltungsmanagement / Tourenplanung</i> <i>Geografische und meteorologische Risiken</i> <i>Gruppendynamische bzw. Individualrisiken</i>	• Vermittlung päd. Grundprinzipien eines Trainers/Guides im Umgang mit Einzelnen und Gruppen unter Berücksichtigung diverser Zielgruppen, Ambitionen sowie Begleitpersonen und -umstände (SOZIALKOMPETENZ) • Der Trainer/Guide als Autorität und Fachmann (Verständnis zur Selbstregulation → SELBSTKOMPETENZ) • Befähigung zum Bewältigen und Regulieren gruppenspezifischer Prozesse • Entwickeln einer objektiven Teilnehmer- und Gruppeneinschätzung für die Leitung und Lenkung von Kleingruppen im Gelände (Teilnehmer- und Guidezahl, Gruppenbegrüßung und Ansprache, Klärung autoritätsrelevanter Aspekte, Leistungsvermögen, fahrtechnisches Potential, notwendige Materialien) • Sensibilisierung über potentiell-topografische und meteorologische Risiken - Schaffung von Vorsichtsmaßnahmen (Witterung, Strecke, Orientierung, Höhe, Beschaffenheit) • Aufbau eines jederzeit anwendbaren Topografieverständnisses (Kartenkunde, Erkennen geografischer Gegebenheiten) • Sensibilisierung über potentiell-personenbezogene Risiken, hervorgerufen durch Fehlverhalten und Fehleinschätzung (Schwäche, Angst, Demotivation, Disharmonie, Leistungsinhomogenität, Verletzungen, Unfälle, etc.) • Schaffung konkreter Strategiepläne zur Prävention bzw. Konfliktlösung individuell lösbarer Situationen und bei Notfällen (Deeskalation, Verständigung, Rettung, 1.Hilfe, Notfallmanagement) • Praktische Gruppenführungserfahrungen unter spezifischen Problemstellungen • Befähigung zum Umgang mit „neuen“ Technologien (GPS, Online-Tourenplanung) • Planung, Organisation und Durchführung von Veranstaltungen
1T / 10P	PRÜFUNGSKOMPLEX	• Fachliche Prüfung in schriftlicher Theorie (60 Min) • Überfachliche Prüfung in schriftlicher Theorie (60 Min) • Praxisprüfung in Form von Lehrproben (20 Min)
60 LE 25T / 35P		

Lehrgangs- und Prüfungsordnung:

1. Lehrgangsmethodik

- Bildung und Ausnutzung von „Lehrstoff-Vermittlungs-Inseln“ durch 5-tägige Wochenlehrgänge an den Sportschulen Baden-Württembergs
- Integrative Inhaltsvermittlung aus fachlichen und überfachlichen Themen durch WRSV-Lehrteam-Referenten und WLSB/BSB-Studienleitern
- Effektiver Lernerfolg durch: problemorientierte Rollenspiele, Fallsituationen und Gruppenarbeiten, dauerhaften Erfahrungsaustausch, gemeinsame Freizeit- und Abendgestaltung → Netzwerkbildung

2. Voraussetzung zur Prüfungsabnahme und Lizenzaushändigung

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Komplette Kostenbegleichung
- Mitgliedschaft im BDR (WLSB/BSB-Förderung nur bei Mitgliedschaft im WRSV/BRV)
- 1.Hilfe-Bescheinigung von min. 16 LE (nicht älter als 2 Jahre)
- Vorlage der Teilnahmebescheinigungen für Grundlehrgang, Aufbaulehrgang und Pflichtmodul „Trans-Alp / Fahrtechnik“ (nicht älter als 2 Jahre)

3. Prüfungsmethodik

- Fachliche Prüfung in schriftlicher Theorie (60 Min)
- Überfachliche Prüfung in schriftlicher Theorie (60 Min)
- Praxisprüfung in Form von Lehrproben (20 Min)
 - Einbezug von min. 8 Lehrgangsteilnehmern
 - Die Lehrprobe beinhaltet die Ausarbeitung einer kompletten Trainingseinheit (90Min) nach vorgegebener und spezifischer Thematik (2 Tage im Voraus) auf einem Musterbogen nach zeitlicher, inhaltlicher, methodischer und materieller Differenzierung
 - Innerhalb der exakt 20 min. Prüfung werden unvorhersehbare Themenkomplexe des Musterbogens (Zeitabschnitte) zur Präsentation und Darbietung ausgewählt
 - Anschließendes Feedback vor versammelter „Trainingsgruppe“
- Die Prüfung ist bestanden, wenn jeder der 3 Prüfungskomplexe zu mindestens 50% zur Zufriedenheit erfüllt wurden