

Schweinehund überwinden

Die etwas andere Vorbereitung einer Feldsaison

Ein guter Start in die Saison führt häufig zum guten Saisonende. Dabei spielt die Vorbereitung eine wesentliche Rolle. Diese zu planen und durchzuführen ist aus verschiedenen Gründen nicht immer ganz einfach. Störende Einflussfaktoren sind hier u. a.:

- kurze Zeiträume für die Vorberei-

- schlechte Witterungsbedingungen (vor allen Dingen im Frühjahr),
- hohe Kosten für Vorbereitungsmaßnahmen (Turniere, Trainingslager etc.),

Daher gilt es frühzeitig und effektiv die Vorbereitung zu planen.

1. Grundgedanken

Die Grundüberlegungen, die Struktur einer „herkömmlichen“ Vorbereitung zu ändern, sind:

- Erhöhung Trainingsumfang,
 - Optimierung Trainingsbelastung,
 - Steigerung Trainingseffizienz,
 - Minimierung finanzielle Aufwendungen,
 - Reduzierung zeitliche Aufwendungen,
- Die einzelnen Punkte werden im Folgenden dargestellt.

1.1 Trainingsumfang

Von Trainingsumfängen, wie sie Profisportarten durchführen, können wir Hockeytrainer in der Regel nur träumen. Schon bei einer Planung von täglichen Trainingseinheiten stößt man schnell an Grenzen aller Beteiligten. Aber wenn man dann auf der anderen Seite die Anforderungen an die Spielerin sieht, ist es zwingend notwendig, die Umfänge zu erhöhen. Da dies aus zeitlichen und finanziellen Gründen nicht in Form von Mannschaftstraining möglich ist, müssen hier die Trainingseinheiten als Einzel- bzw. Gruppentraining durchgeführt werden. Dies setzt ein hohes Maß an Selbstständigkeit aller Beteiligten voraus. Natürlich werden einige damit erst einmal nicht umgehen können und der innere Schweinehund wird hier nicht immer überwunden. Aber zieht man dieses über meh-

...ist Lehrkoordinator des Deutschen Hockey-Bundes und für die Trainer-A-, -B- und Diplom-Trainer-Ausbildung zuständig. Im Auftrag des Deutschen Hockey-Bundes betreut er das Trainerportal www.hockey-coach.de. Er war viele Jahre als Bundestrainer der Junioren tätig und hier für die Talentsichtung und Talentförderung zuständig. Zur Zeit ist er Trainer der Herrenbundesligamannschaft und sportlicher Leiter von Hannover 78.

rere Saisons konsequent durch, entsteht hier eine Eigendynamik, die die Trainingsumfänge in der Summe alle deutlich steigen lässt. Somit ist ein tägliches Training mit teilweise



Heino Knuf



Viele Trainingsteilnehmer und wenig Trainingsfläche: Da stößt man schnell an Grenzen. (Fotos: Herbert Bohlscheid)

Theorie und Praxis des Hockeysports

Berufsbild „Trainer“

Dr. Lutz Nordmann schließt seinen Beitrag über die Trainerausbildung in dieser Ausgabe ab. Ab...

Seite 7



IMPRESSUM

Verlagsanschrift:

Sportverlag, Böblinger Str. 68/1, 71065 Sindelfingen,
Postfach 260, 71044 Sindelfingen,
☎ (070 31) 862-800
Fax (070 31) 862-801

Redaktion (verantwortlich i.S.d.P.):

Peter Lemmen, Auf der Brück 1, 54608 Oberlascheid,
☎ (065 55) 931 041
Fax (065 55) 931 042
E-Mail: mediaServ@t-online.de
Stephan Haumann, Mendestr. 26, 44141 Dortmund,
☎ (0231) 395 15 21, mobil: 0172 / 278 79 74
E-Mail: stephan@thehockeyzone.de

Layout, Grafik und Illustrationen:

Herbert Bohlscheid (HeBoSOFT) für mediaServ
Kuhweg 20, 50735 Köln
☎ (0221) 7601392
E-Mail: hb@hebosoft.de
<http://www.hebosoft.de>

Geschäftsführung Sportverlag:

Dr. Wolfgang Röhms
Verlagsleitung: Brigitte Schurr
Postfach 260, 71044 Sindelfingen

Anzeigen + Vertrieb:

Dielmar Froberg-Suberg (Leitung)
Postfach 260, 71044 Sindelfingen
☎ (070 31) 862-851
☎ (070 31) 862-801

Gültig ist zurzeit die Anzeigenpreisliste vom 1.1.2009

Wir bitten um Verständnis, dass für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos, die willkommen sind, keine Gewähr übernommen wird.

zwei Trainingseinheiten in der Vorbereitung durchaus möglich. Das Training wird somit unterschieden in Mannschaftstraining und individuelles Training.

1.1.1 Mannschaftstraining

Das Mannschaftstraining wird zu festgelegten Terminen und Uhrzeiten durch einen Trainer geleitet. An diesem Training nimmt der gesamte Kader teil. Diese Trainingsform ist zu wählen, wenn die Inhalte hinsichtlich der Trainingssteuerung sehr komplex sind (z. B. Sprinttraining) bzw. eine Mannschaft notwendig für ein Training ist (Hockeytraining).

1.1.2 Individuelles Training

Das individuelle Training wird von den Athleten selbstständig durchgeführt. Wichtig dabei ist, dass die zu trainierenden Inhalte vorher besprochen bzw. trainiert worden sind. Die Trainingstage sind festgelegt, die Uhrzeiten können frei gewählt werden. Bei Trainingseinheiten mit hohen Motivationschwellen sollte man Trainingsgruppen anregen. Diese Trainingsform bietet sich z. B. bei Ausdauer-/Regenerationstraining und bei Kraftgymnastik („Stabi“) an.

1.2 Trainingsbelastung

Durch den (weltweit einmaligen) „Luxus“, 2 Sportarten in einer Saison zu absolvieren und die damit verbundene langjährige und grenzwertige Dauerbeanspruchung von Hockeyspielern, ist es umso zwingender, die Gestaltung der Belastung in den einzelnen Trainingsperioden (Vorbereitungs-, Wettkampf- und Übergangsperiode) zu optimieren. Daraus entstanden folgende Überlegungen für den Vorbereitungszeitraum:

- Krafttraining an Geräten schon in der Übergangsperiode,
- Athletiktraining in der Trainingswoche (Montag bis Freitag),
- Hockeytraining am Trainingswochenende (Samstag bis Sonntag).

1.2.1 Nationalspieler(Innen) sinnvoll belasten

1.3 Trainingseffizienz

Das Training zur Leistungssteigerung ist sicherlich keine neue Erkenntnis. Aber ob abendliche Hockeytrainingseinheiten speziell im Frühjahr diesen Zweck erfüllen, kann bezweifelt werden. Die Lichtverhältnisse sind selbst bei guten Flutlichtanlagen für ein Hockeytraining sehr schwierig. Dies führt bei Spielern und noch mehr bei Torhütern zu viel Unmut und Unsicherheit. Außerdem ist auch die Verletzungsgefahr bei angefrorenen Plätzen deutlich höher. Aus diesen und anderen Überlegungen entstand der Gedanke, so oft wie möglich das Hockeytraining als Trainingscamp auf die Wochenenden zu legen.

Vorteile von Hockeytrainingscamps:

- Training bei Tageslicht,
- 4 - 5 Trainingseinheiten am Wochenende statt 2 - 3 in der Woche,
- Trainingsinhalte werden nachhaltiger verinnerlicht,
- Zeitfenster zwischen den Trainingseinheiten bieten mehr Zeit für Einzelgespräche oder Videobesprechungen,
- Mannschaften mit Nationalspielern können diese besser in das Training integrieren,
- geringere Verletzungsgefahr,

- sinnvollere Abstimmung von Athletik- und Hockeytraining.

1.4 Finanzielle Aufwendungen

Diese strukturellen Veränderungen der Vorbereitung führen bei einer Erhöhung des Trainingsumfanges aber zu einer Reduzierung der finanziellen Aufwendungen. Bei selbstständigen Trainingseinheiten fallen keine zusätzlichen Trainerhonorare und auch keine Fahrtkosten der Spieler an, die teilweise längere Anfahrten haben.

1.5 Zeitliche Aufwendungen

Auch die zeitlichen Ressourcen werden hier deutlich geschont. In einer Zeit steigender Anforderung an die Ausbildung bzw. an den Beruf ist dies von zunehmender Bedeutung. Das individuelle Training lässt sich besser für jeden Einzelnen in den eigenen Tagesablauf integrieren und An- und Abfahrten zum Training können dadurch reduziert werden. Auch die Hockeycamps leisten hierzu einen erheblichen Beitrag.

2. Trainingsplanung

Im Folgenden wird exemplarisch die Vorbereitung des zweiten Teils der Feldsaison 2006/2007 einer Damenbundesligamannschaft (Eintracht Braunschweig) dargestellt, da hier alle genannten Faktoren zum Tragen kommen.

2.1 Hinweise zu den folgenden Trainingseinheiten

- die Trainingseinheit Kraft wird unter Anleitung in einem Fitnesscenter absolviert,
- für die Trainingseinheiten „Ausdauer“ werden Trainingsgruppen organisiert,
 - die Trainingseinheiten „Stabi“ werden täglich selbstständig absolviert
 - für die Trainingseinheiten „Athletik“ werden als Mannschaftstraining mit einem Athletiktrainer absolviert,
- die Trainingseinheit Kraft wird unter Anleitung in einem Fitnesscenter absolviert,
- für die Trainingseinheiten „Ausdauer“ werden Trainingsgruppen selbstständig organisiert,
- die Trainingseinheiten „Stabi“ werden täglich 15 - 20 Minuten selbstständig absolviert,
- Hockeycamps mit jeweils 2 Trainingseinheiten,
- die Trainingseinheiten Hockey in der Woche beginnen um 18 Uhr.



2.2 Übergangsperiode

Die Übergangsperiode dauerte drei Wo-

chen und beinhaltete insgesamt zwölf Trainingseinheiten (das „Stabi“-Training ist da-

bei nicht mitgezählt).

5.02.-25.02.2007 (1.-3 Trainingswoche)

1.-3. Woche	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Kraft	Ausdauer		Kraft	Ausdauer		

2.3 Vorbereitungsperiode

Die Vorbereitungsperiode dauerte sechs

Wochen und beinhaltete insgesamt 35 Trainingseinheiten (das „Stabi“-Training ist da-

bei nicht mitgezählt).

26.02.-08.04.2007 (4.-9. Trainingswoche)

4. Woche	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Kraft	Athletik		Kraft	Athletik		
5. Woche	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Kraft	Athletik		Kraft	Athletik / Camp	Athletik / Camp	Athletik / Camp
6. Woche	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Regeneration	Athletik		Athletik		Hockeycamp	Hockeycamp
7. Woche	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Regeneration	Athletik		Hockey	Hockey		Hockeycamp
8. Woche	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	Regeneration	Hockey		Athletik	V-Turnier	V-Turnier	V-Turnier
9. Woche	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
		Regeneration	Athletik	Hockey		Hockeycamp	Hockeycamp

2.4 Wettkampfperiode

Die Wettkampfperiode dauerte 13 Wochen in denen dann der Trainingsumfang

an den Wettkampf entsprechend angepasst wurde. Je nach Belastung (Einzel-/ Doppelspieltag) am Wochenende wur-

de die Trainingswoche unterschiedlich gestaltet.

09.04.-08.07.2007 (10.-22. Trainingswoche)

Trainingswochenplan bei einem Einzelspieltag

1.-3. Woche	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr
			Stabi	Stabi	Stabi	Stabi	Stabi
	M-Spiel	Regeneration					Sprint

3. Problemfelder

Auch wenn viele Vorteile dargestellt wurden, so gibt es natürlich auch Problemfelder. Eines davon ist die fehlende Kontrolle des individuellen Trainings. Hier ist jedoch anzumerken, dass sicherlich ein Teil der Mannschaft das Training zu 80-90% auch absolviert hat. Die sichtbaren Leistungsentwicklungen dieses Mannschaftsteils haben dann aber die ande-

ren entsprechend unter Druck gesetzt und damit die schon erwähnte Eigendynamik erhöht. Dieser Prozess benötigt aber seine Zeit.

Ein weiteres Problem entsteht bei extremen Witterungsbedingungen (Schnee und Eis auf dem Platz). Dadurch fallen sofort bis zu fünf Hockeyeinheiten aus. Dies ist aber durch entsprechende Änderungen/Anpassungen der Trainingsplanung zu kompensieren.

4. Abschlussbemerkung

Diese vorangestellten Überlegungen sind durch langjährige Erfahrungen mit Bundesligamannschaften entstanden. Sie sind aber mittlerweile auch auf anderen Leistungsstufen erprobt worden. Dabei konnten natürlich die Umfänge nicht eins zu eins übernommen werden. Aber auch hier wurden die Trainingsumfänge erhöht.

5. Vorbereitung am Schläger

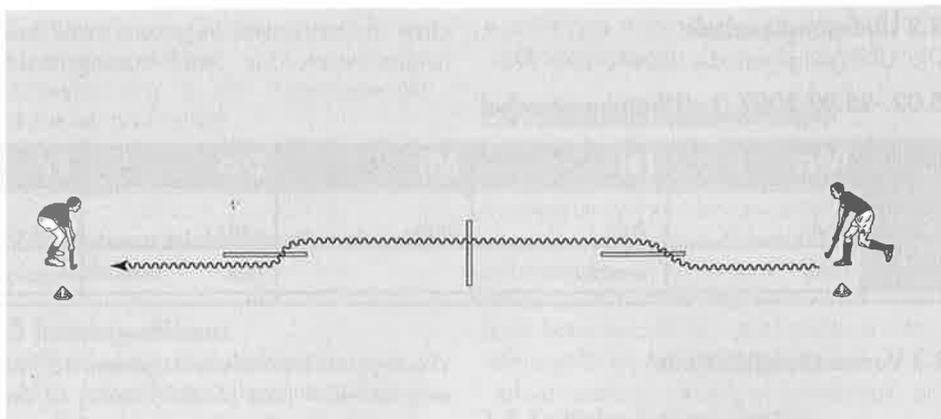
Um auch rein technisch optimal in die Feldsaison zu gehen, ist es sinnvoll, auch einen optimalen Einstieg in die Grundtechniken wieder aufzufrischen. Hierzu folgend einige Beispiele.

Ballführung-Ziehen-Heben-Flachschlenzpass mit Rückhand

➤ Zwei Hütchen im Abstand von 20 - 25 m; an den Hütchen 1 - 2 Spieler; zwei Dribbelstangen quer und eine längs dazwischen (Abstand zwischen den Stangen 6 - 8 m); ein Spieler mit Ball, die anderen Spieler mit Reservebällen.

- Der Spieler führt den Ball zu den Dribbelstangen, hebt den Ball mehrfach über die Stangen und führt den Ball dann zum gegenüber wartenden Spieler.
- Anschließend startet dieser Spieler, usw..

➤ Der Ball soll nach dem Heben so schnell wie möglich kontrolliert werden. Je nach Leistungsniveau das Lauftempo erhöhen und den Abstand der Stangen verkürzen.



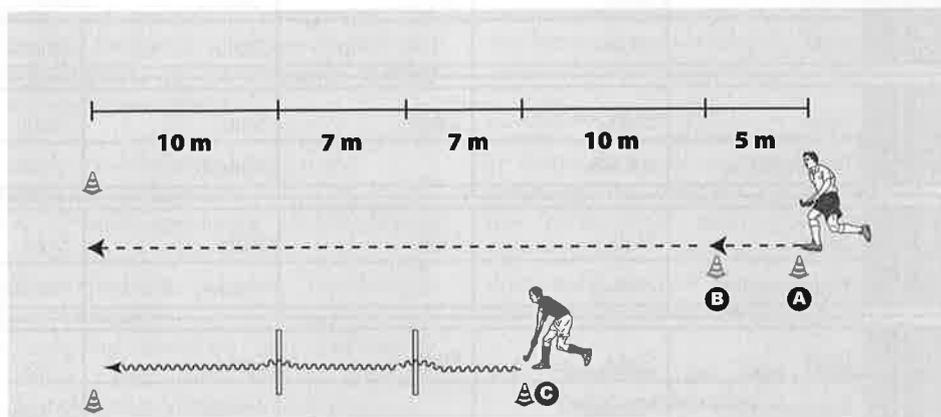
Geheppte Ballführung mit hohem Tempo

Organisation:

- Ein Spieler mit Ball und ein Spieler ohne Ball (Partnerübung).
- Zwei Hütchen (A und B) für den Spieler ohne Ball im Abstand von 5 m.

Ablauf:

- Aus lockerem Trab (von Hütchen A nach B) sprintet der Spieler ohne Ball am Hütchen B los.
- Sobald der Spieler B am Hütchen B ist, darf der Spieler mit Ball starten und führt den Ball so schnell wie möglich durch das Tor. Dabei muss er den Ball über die beiden Stangen heppen. Der Ball muss zwischen den Stangen den Boden berühren.



- Der Spieler, der als erstes durch das Tor gelaufen ist, hat gewonnen. Anschließend 80 - 100m locker traben.
- Dann tauschen die Partner die Rollen. 4 - 5 Durchgänge.

Hinweise:

- Die Abstände sind ja nach Leistungsniveau zu verkleinern oder zu vergrößern.
- Es ist auf ausreichend Erholung zwischen den Wettläufen zu achten.

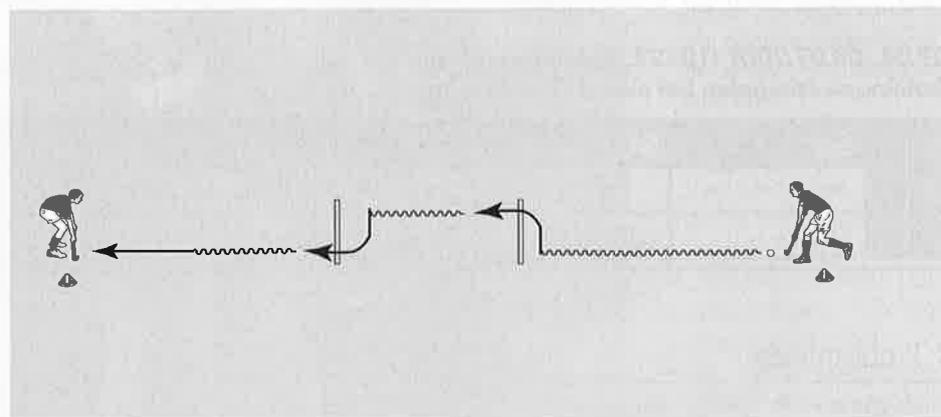
Feldhockey-Technik – Technikverbindungen

Organisation:

- Zwei Hütchen im Abstand von 20 - 25m; an den Hütchen 1 - 2 Spieler; zwei Dribbelstangen dazwischen (Abstand zwischen den Stangen 6 - 8 m);
- Ein Spieler mit Ball, die anderen Spieler mit Reservebällen.

Ablauf:

- Der Spieler führt den Ball zur ersten Dribbelstange, zieht den Ball mit der Rückhand nach rechts und hebt den Ball über die Stange, so dass er den Ball schnell wieder kontrolliert führen kann.
- An der nächsten Stange zieht er den Ball mit der Vorhand nach rechts und hebt den



- Ball über die Stange.
- Anschließend führt oder passt er den Ball zum gegenüber wartenden Spieler und stellt sich wieder an.
- Jetzt startet der Spieler mit dem Ball mit dem gleichen Ablauf.

Hinweise:

- Je nach Leistungsniveau ist das Lauftempo bei der Ballführung zu erhöhen.

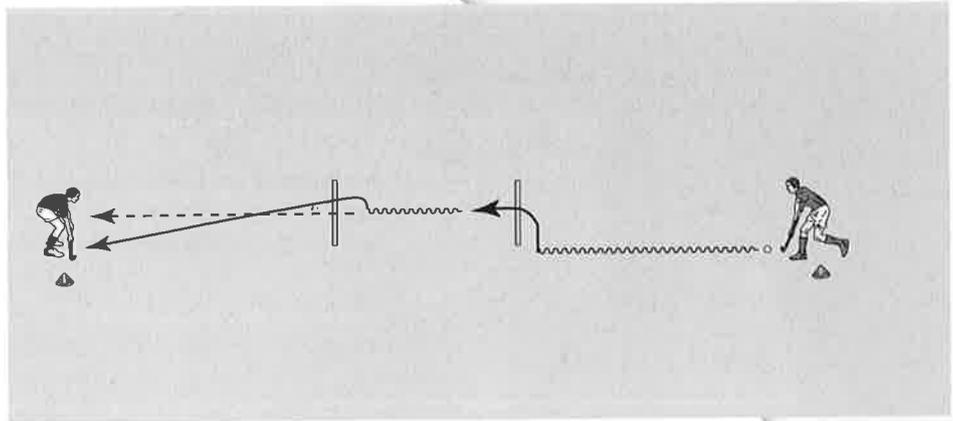
Ballführung-Ziehen-Heben-Flachschlenzpass

Organisation:

- ➔ Zwei Hütchen im Abstand von 20 - 25 m; an den Hütchen 1 - 2 Spieler; zwei Dribbelstangen quer (Abstand zwischen den Stangen 6 - 8 m); ein Spieler mit Ball, die anderen Spieler mit Reservebällen.

Ablauf:

- ➔ Der Spieler führt den Ball zur ersten Dribbelstange, zieht den Ball mit der Rückhand nach rechts (oder mit der Vorhand nach links) und hebt den Ball über die Stange, so dass er den Ball schnell wieder kontrolliert führen kann.
- ➔ Aus der Ballführung erfolgt dann ein



Flachschlenzpass über die nächste Stange zum gegenüberstehenden Spieler.

- ➔ Der Spieler läuft dem Pass hinterher und stellt sich dann wieder an.
- ➔ Der andere Spieler startet jetzt mit dem

gleichem Ablauf.

Hinweise:

- ➔ Der Flachschlenzpass soll so gespielt werden, dass der Ball schnell wieder flach rollt.

Passen durch einen Stangenkanal

Organisation:

- ➔ Zwei Hütchen im Abstand von 20 - 25 m; an den Hütchen 2 Spieler; zwei Dribbelstangen dazwischen (Abstand zwischen den Stangen 4 - 6 m).
- ➔ Ein Spieler mit Ball, die anderen Spieler mit Reservebällen.

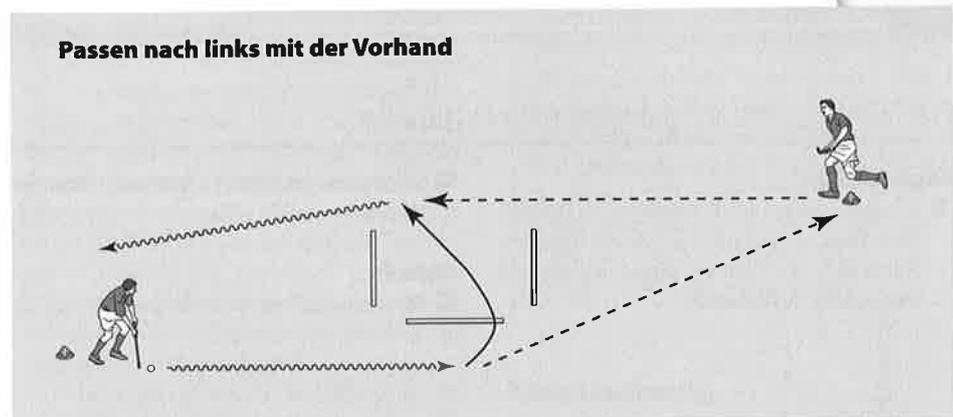
Ablauf:

- ➔ Der Spieler führt den Ball und passt zwischen den Dribbelstangen mit der Vorhand nach links bzw. mit der Rückhand nach rechts zum Mitspieler.
- ➔ Dieser nimmt den Ball an und mit. Beide stellen sich auf der anderen Seite wieder an.

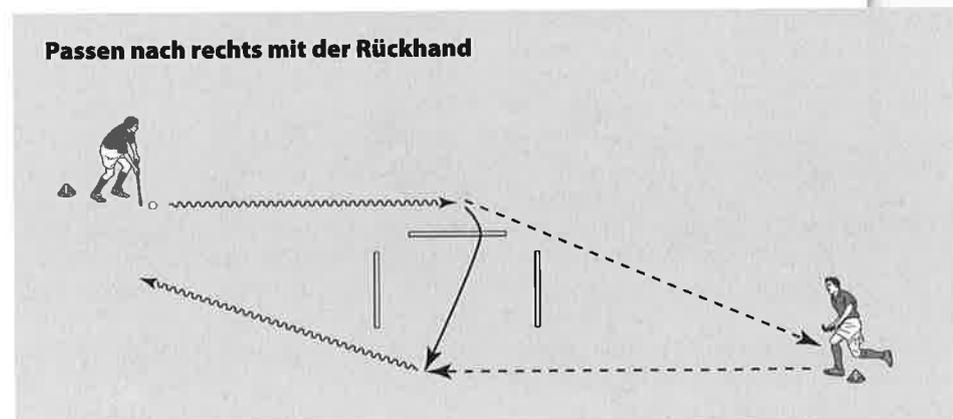
Hinweise:

- ➔ Wichtig ist, dass der Mitspieler den Pass in den Lauf bekommt und nicht gegen die Laufrichtung.
- ➔ Statt Stangen kann man auch Hütchen oder Markierungsstreifen nehmen.

Passen nach links mit der Vorhand



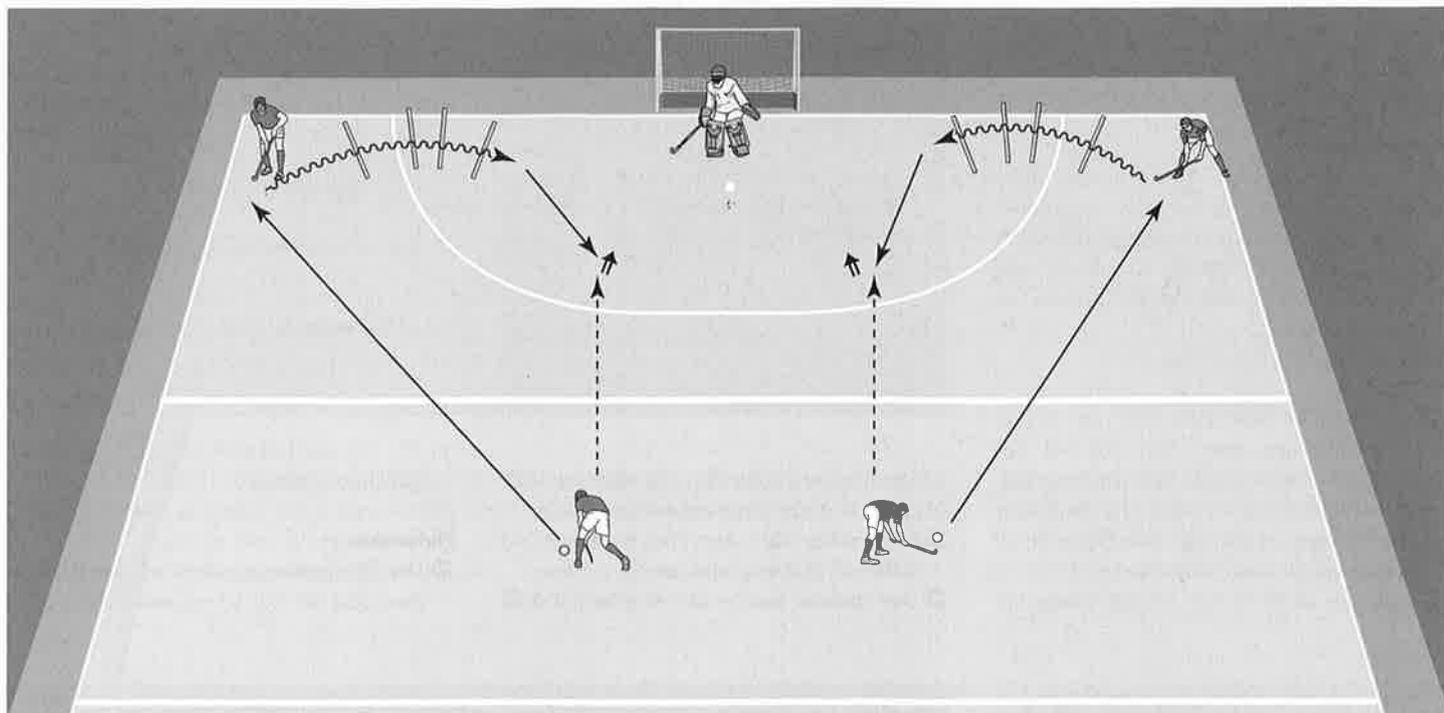
Passen nach rechts mit der Rückhand



Legende HockeyTraining

- ⓔ = Entscheidung entweder / oder
- ⋯➔ = Laufweg
- ➔ = Pass / Ballabgabe
- ~➔ = Dribbling
- ⇒ = Torschuss





Flachschlenzpass aus geheppter Kurvensituation

Organisation:

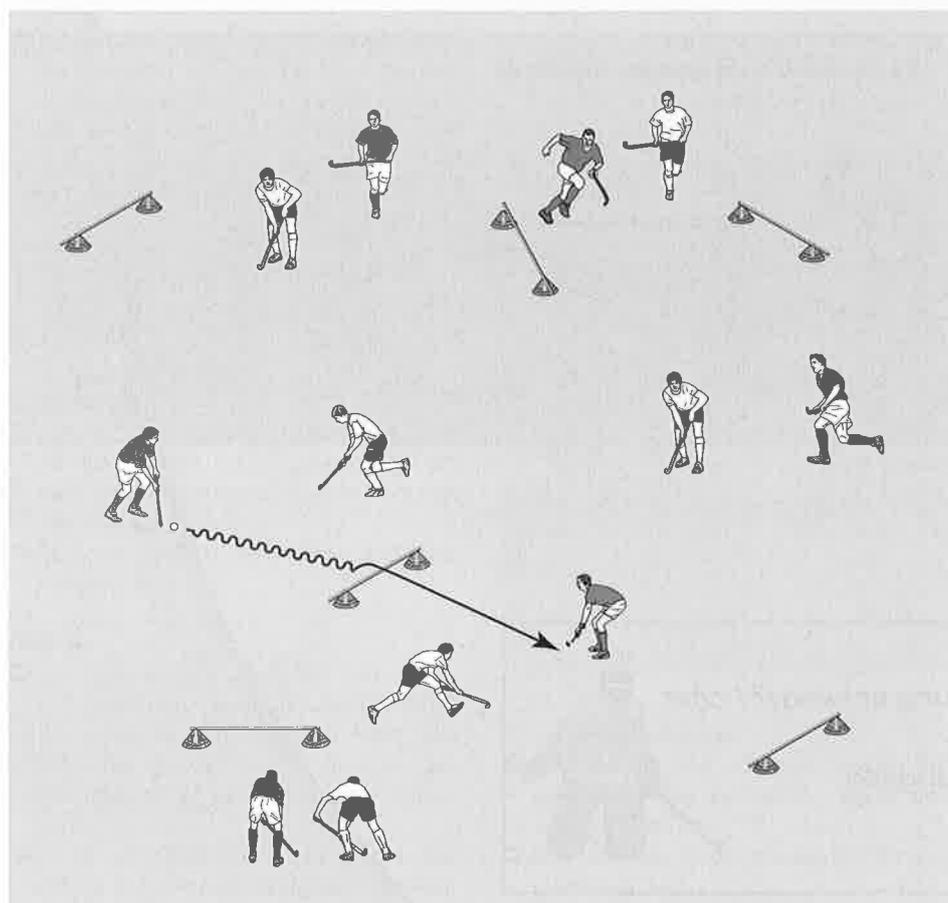
- ➔ Stangen werden zur Kurvensituation auf der Grundlinie rechts und links neben dem Tor aufgebaut; die Stürmer stehen rechts und links auf der Außenspur;

- ➔ 2 Zuspieler auf den Halbspuren hinter der Viertellinie; 1 TW im Tor.

Ablauf:

- ➔ Abwechselnd rechts und links passen die Zu-

spieler auf den auf der Außenspur stehenden Stürmer; Ballan- und -mitnahme, geheppte Ballführung in die Kurvensituation; Rückpass mit einem Flachschlenzer auf den nachlaufenden Zuspieler an den Kreisrand und Torschuss.



Stangen-Tor-Spiel

Organisation:

- ➔ 2 Mannschaften mit 4 - 6 Spielern,
- ➔ Spielfläche ca 20 m x 20 m.
- ➔ 4 - 6 Hütchentore mit Dribbelstangen dazwischen.

Ablauf:

- ➔ Die Mannschaften können durch Passen über die Stangentore Tore erzielen, wenn hinter dem Tor ein Mitspieler den Ball annimmt (berührt).

Variation:

- ➔ Es wird mit Joker gespielt. Dieser kann immer bei der angreifenden oder bei der abwehrenden Mannschaft mitspielen.

Das Hobby zum Beruf machen

Dr. Lutz Nordmann über das Karrierebild „Hockeytrainer“

In der Ausgabe 1/2009 hatten wir einen Beitrag von Dr. Lutz Nordmann, Direktor der Trainerakademie Köln, veröffentlicht, der die Ausbildung zum Trainerberuf darstellt. In dieser Ausgabe schließen wir diesen Beitrag ab.

Inhalte

- Hospitation im Bundes- oder Landesleistungszentrum bzw. Olympia-, Bundes- oder Landesleistungszentrum;
- Tätigkeit im Bereich der Sportorganisation und Sportverwaltung;
- Trainer-Assistenz bei Lehrgängen mit Mitgliedern der A-, B-, und C-Kader;
- oder bei vergleichbaren Lehrgangsmassnahmen.

Besonderheiten des Diplom-Trainer-Studiums

Das Diplom-Trainer-Studium zielt darauf ab, den spezifischen Qualifikationsbedarf der Spitzenverbände und Landessportbünde sowie die Bedürfnisse der Studierenden abzudecken. Da es nicht um die Ausbildung eines disponiblen in den verschiedenen Anwendungsfeldern des Sporttreibens einsetzbaren „Trainers“ geht, sondern um die ganz spezifischen Erfordernisse eines Trainers im Leistungssport in einer Sportart, muss sich dies auch im Bildungsangebot widerspiegeln.

Das Diplom-Trainer-Studium an der Trainerakademie Köln des DOSB zielt darauf ab, ausgewählte Trainer mit der höchsten Trainer-Lizenz ihres Verbandes (A-Trainer) qualifiziert und in kürzester Zeit zur höchsten Trainer-Lizenz im deutschen Leistungssport (Diplom-Trainer) zu führen. Auch aus diesem Blickwinkel heraus betrachtet werden an der Trainerakademie Elite-Trainer ausgebildet. Gleichwohl kann ein echter Spitzentrainer allein mit seinem Diplom-Trainer-Studium noch nicht „fertig“ sein. Vielmehr sind dafür u.a. zumindest folgende Aspekte wichtig:

- Eine soliden, wissenschaftlich fundierte und an den Bedürfnissen der Leistungssportpraxis orientierte zielgerichtete Ausbildung (die bietet die Trainerakademie an);
- Systematische und kontinuierliche Einbeziehung der Studierenden in die Leistungssportpraxis seiner Sportart;
- Die praktische Trainertätigkeit;
- Aktiver Informations-, Wissens- und Erfahrungsaustausch.

Die Diplom-Trainer-Studenten haben eine solide verbandsspezifische vom C- über den B- zum A-Trainer führende Ausbildung durchlaufen und bringen bereits einen immensen

Wissens-, Könnens- und Erfahrungsfundus in das Diplom-Trainer-Studium ein. Gleichzeitig verbinden sie mit ihrem Studium ganz konkrete Erwartungshaltungen. Diese Aspekte und Komponenten beeinflussen das Diplom-Trainer-Studium ganz wesentlich und heben es von Ausbildungsgängen in anderen beruflichen Zweigen und Formen mit oft breit angelegter Ausbildung, um später eine hohe berufliche Disponibilität erreichen zu können, ganz entscheidend ab.

Umsetzungsstrategien

Die mit dem Diplom-Trainer-Studium verfolgten Ziel- und Aufgabenstellungen erfordern den Einsatz von Lehrkräften, die neben ganz spezifischen beruflichen Hintergründen und Befähigungen in wissenschaftsdiziplinspezifischen Arbeitsfeldern aktuelle Leistungssport Erfahrungen besitzen. Es werden deshalb bundesweit Lehrbeauftragte gewonnen und eingesetzt, die besondere fachliche Kompetenzen und eben eine ausgewiesene aktuelle Leistungssportexpertise aufweisen.

Damit ist es möglich, eine Ausbildung an der Spitze aktueller leistungssportlicher Entwicklungen anzubieten. Auf besondere Erfordernisse kann flexibel reagiert werden. Dieser Ansatz in der Ausbildung unserer Spitzentrainerinnen und -trainer ist zwingend notwendig. Schließlich haben wir es im internationalen Wettbewerb mit steigenden Innovationsgeschwindigkeiten zu tun.

Damit einher gehen in Bezug auf die angewandten trainingsmethodischen Lösungen immer kürzere „Produktlebenszyklen“. Sportart- und/ oder sportartgruppenspezifische Besonderheiten sind in besonderer Weise zwingend zu berücksichtigen.

So gesehen muss in der Konstruktion der Studienangebote an der Trainerakademie die zunehmende Individualisierung der „Kundenwünsche“ von vornherein Beachtung finden. Alles in allem ist es notwendig, Lernprozesse der Studierenden ganz zielbezogen und beschleunigt zu ermöglichen. Problemlösungen „nahe am Kunden“ sind gefragt.

Dabei spielt eine im Verlaufe des Studiums zunehmende Selbständigkeit der Studierenden eine ganz entscheidende Rolle. Im Diplom-Trainer-Studium ist es im Grunde wie im leistungssportlichen Wettkampf: Der Akteur muss selbst in Aktion treten. Wenn er nur die anderen – also z.B. die Lehrkräfte – agieren lässt, wird er kaum (oder nie?) Gewinner sein können.



Dr. Lutz Nordmann

Dr. Lutz Nordmann war selbst erfolgreicher Hockeyspieler bei Einheit Zentrum Leipzig und spielte sogar 1980 als Nationalspieler für die ehemalige DDR, bevor er 1982 Assistent am Lehrstuhl für Allgemeine Theorie und Methodik des Trainings an der Universität Leipzig (DHfK) wurde. 1992 wechselte er dann zum Olympiasitzpunkt Leipzig, wo er als Trainingswissenschaftler arbeitete. Ab 1996 kennt man Dr. Nordmann als Sportdirektor des Deutschen Hockey-Bundes, den er in dieser Funktion äußerst erfolgreich führte. Viele sportliche Titel der Herren- und Damennationalmannschaften fallen in seine Amtsperiode. 2004 wechselte er zur Trainerakademie des DOSB nach Köln, wo er 2005 Direktor wurde und diese Position bis heute ausübt.

Zusammenfassung

Die Trainerakademie Köln des DOSB ist eine einzigartige Institution des deutschen Sports mit enormer internationaler Reputation. Ein wesentliches Charakteristikum im Spektrum des Wirkens der Trainerakademie besteht darin, dass Top-Trainer aus verschiedenen Sportarten und Disziplinen zusammenkommen, ihre Erfahrungen und Ideen über den „Tellerrand“ der eigenen Sportart hinaus austauschen. Oft blicken die Diplom-Trainer-Studenten auf besondere Erfolge als aktive Spitzensportler zurück.

Eine interessante Facette stellt auch die Arbeit der Koordinatorinnen und Koordinatoren, die von den Spitzenverbänden bestellt werden, dar. Sie sind für die Diplom-Trainer-Ausbildung „ihrer“ Studenten verantwortlich. Für den DHB ist Heino Knuf als Koordinator an der Trainerakademie sehr kompetent und engagiert im Einsatz. Die Koordinatoren kommen regelmäßig zusammen, um wichtige Aspekte des Diplom-Trainer-Studiums abzustimmen und nicht zuletzt, um neue Ansätze und Ideen im Bereich der Traineraus- und -fortbildung zu diskutieren.

So wie auch der Leistungssport von Veränderungen und Innovationen gekennzeichnet ist, trifft dies sicher auch für den Teilbereich der Traineraus- und -fortbildung zu. Die Trainerakademie bietet als nationales Kompetenzzentrum

Absolventen Hockey

Ltd. Nr.	Studiengang	Nachname	Vorname
1	D1	Bach	Gunolf
2	D1	Derweduwen	Michel
3	D1	Müller	Josef
4	D1	Nowak	Werner
5	D1	Püschel	Armin
6	D1	Rittershaus	Jochen
7	D2	Meissner	Rolf
8	D2	Ruoss	Horst
9	D2	Strödter	Wolfgang
10	D2	Wechlin	Peter
11	D3	Beyer	Lothar
12	D3	Willig	Robert
13	D4	Bal	Ranbir Singh
14	D4	Maier	Winfried
15	D4	Rach	Gerhard
16	D4	Willemsen	Michael
17	D5	Kodra	Karen
18	D5	Körmeier	Konrad
19	D5	Rücker	Peter
20	D5	Steikowsky	Ralf
21	D6	Hebbeler	Friedhelm
22	D6	Peters	Bernhard
23	D8	Hänel	Frank
24	D8	Hänel	Rüdiger
25	D8	Lopez-Marin	Armando
26	D8	Roeb	Axel
27	D10	Brech	Rainer
28	D10	Knuf	Heino
29	D10	Neumann-Drope	Elke
30	D10	Schumacher	York
31	D12	Ahlfeld-Mohr	Vera
32	D12	Altherr	Rolf
33	D12	Castorino	Roberto
34	D12	Slawyk	Markku
35	D12	Stupp	Friedel
36	D13	Bartsch	Hans-Jörg
37	D13	Ellenbeck	Hermann
38	D13	Herbert	Marc
39	D13	Sever	Vjeran
40	D13	Voigt	Oliver
41	D15	Höppner	Andreas
42	D16	Ahrens	Mathias
43	D16	Dauner	Thomas
44	D16	Müller	Matthias
45	D17	Lemmen	Nina
46	DTS 1-19	Bachmann	Tina
47	DTS 1-19	Schmidt-Busse	Benedikt
48	DTS 1-19	Schröter	Benjamin
49	DTS 1-19	Steller	Jan
50	DTS 1-19	Stephan	Kai Uwe
51	D-W5	Althoff	Torsten
52	D-W5	Franken	Birgitta
53	D-W5	Lemmen	Peter
54	K10	Felheim	Markus
55	K10	Stieglitz	Kai
56	K11	Altenburg	Valentin
57	K11	Lonnes	Markus
58	W5	Dopp	Heiner
59	W5	Arntzen	Andreas
60	W5	Mahn	Joachim
61	W5	Rittweiler	Mario
62	W5	Schmidt	Dieter
63	W5	Schmitt	Peter
64	W5	Wiedersich	Werner

trum für die Traineraus- und -fortbildung dafür aus Sicht aller Beteiligten ausgezeichnete Möglichkeiten, denn – in Anlehnung an Albert Einstein – der Austausch des Wissens ist die Plattform des Fortschritts. Dies gilt auch und vor allem für den Leistungssport.

Literatur

- Digel
 Knecht, W.Ph. (Redaktion): Die Wegbereiter – 10 Jahre Trainerakademie des Deutschen Sportbundes. – Köln, 1984. – 108 S.
 Muckenhaupt
 Nordmann
 Nordmann
 DOSB/ BL: Konzeption für Leistungssportpersonal in den Spitzenverbänden. – 2004. – 22 S.
 Trainerakademie Köln des DOSB e.V. (Hrsg.): Studien- und Prüfungsordnung für die
 Trainerakademie Köln des DOSB e.V. – September 2004 (Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen; Erlass vom 28.09.2004 – Az III.3 – 8587 Nr. 66/04). – 19 S.
 Trainerakademie Köln des DOSB e.V. (Hrsg.): Curriculum der Trainerakademie Köln des
 Deutschen Sportbundes e.V. – Köln, 2004. – 61 S.
 Wenger, E.: Communities of Practice: Learning, meaning and identity. – Cambridge, 1998



Tabelle links:

Alles, was in der Hockey-Trainerszene Rang und Namen hat, hat an der Trainerakademie in Köln, deren Direktor Dr. Lutz Nordmann (Foto oben) ist, studiert. (Foto: Bohlscheid)