

## **Vereinstrainer - Basis- Lehrgang im BVNW März/April 2010**

Die diesjährige Vereinstrainerausbildung – Basis, des BVNW, fand in diesem Jahr an den Wochenenden 20./21. März in Goch (VFB Alemania Pfalzdorf) und am 17./18. April in Schnathorst (SV Schnathorst) statt. Einen herzlichen Dank an unsere Sportkollegen Benno Hübbers und Holger Finke für die Bewirtung und Bereitstellung der Räumlichkeiten.

In diesem Kurs waren 17 Teilnehmer zugegen. Ebenfalls waren auch Sportler dabei, die schon eine Trainerausbildung beim Schützenbund absolviert hatten. Zwei kamen auch aus Rheinlandpfalz angereist, sogar in das weitentfernte Schnathorst (Ostwestfalen Lippe).

Seit 2005 richtet der BVNW mit dem Niederländischen Spitzentrainer Harrie Jacobs und dessen Lebensgefährtin Monika jährlich Trainerausbildungen aus. In diesem Jahr war dann der Basis Lehrgang wieder dran. Für das nächste Jahr ist ein Fortbildungslehrgang geplant. Ebenfalls stehen jetzt schon wieder für den nächsten Basislehrgang viele auf der Warteliste. Aber Harrie möchte nicht mehr als max. 15 – 17 Teilnehmer haben, da er sonst nicht auf alle einzeln eingehen kann. So äußerte sich auch Harrie: „In diesem Kurs habe ich nur gute Sportler gehabt, die auch unheimlich wissbegierig waren.“

Die vier Tage waren für die Teilnehmer sehr lehrreich. Der Kurs war so aufgebaut, zielgerecht und gelassener mit Traineraufgaben umzugehen. Eines der Themen war auch, Konzepte individuell für anfangende Bogensportler zu erarbeiten. Das heißt auch, die Philosophie von Harrie, ist nicht nur Pfeile nach vorne zu befördern, sondern das Elementare zu erkennen. Das Ziel ist, dass nicht jeder Trainer für sich arbeitet, sondern dass alle Trainer eine gleiche Richtlinie vertreten, um die Bogensportler nicht zu verwirren. Es ist schon sehr wichtig Anfänger vom Grund auf zu beobachten. Sich Zeit zu nehmen für Fußstand, Haltung und so weiter. Erst danach kommt die Korrektur. Dabei ist erstmals nicht so wichtig, wie die Pfeile im Ziel stecken.

Um als Bogensportler fit zu sein, und aufbauend zu trainieren, hat Harrie entsprechende Übungen für das Aufwärmen und die Koordination gezeigt. Doch eins sollte dabei nicht vergessen werden, nicht jeder kann solche Übungen praktizieren, da sollte man doch auch auf die gesundheitlichen Einschränkungen eingehen.

Nach dem zweiten Wochenende am Sonntag, wurde eine Prüfung abgelegt, die alle 17 Teilnehmer erfolgreich bestanden hatten. Trotz zeitlicher Probleme des Landessportleiters Bernhard Weidich (DBSV Verbandstag), konnte dieser noch rechtzeitig kommen, und den Teilnehmern gratulierend Ihre erfolgreichen Urkunden überreichen.

Einen Dank an Katharina Ritzenhoff, deren Eindrücke ich komplett wiedergeben möchte.

Rudi Litzbarski

Ich möchte hier meinen persönlichen Eindruck über unseren Trainerlehrgang knapp schildern. Zuerst möchte ich Harrie Jakobs und seine Lebensgefährtin Monika ein dickes Lob aussprechen. Harrie hat durch seine ruhige und freundliche, aber trotzdem zielgerichtete und kompetente Art, einen Interessanten und Einfühlsamen Unterricht gestaltet. Besonders war für mich interessant, die Arbeit mit Kindern, jugendlichen und Erwachsenen Anfängern. Die Ausbildung hat mich in vielerlei Hinsicht sicherer gemacht. Seine Ratschläge und Tipps haben mir geholfen einen roten Faden in der Arbeit mit den Kindern und auch Anfängern zu finden. Sein Unterricht, theoretisch als auch praktisch ist für mich wie ein Geländer an dem ich mich festhalten und orientieren kann. Diese Sicherheit konnte ich schon bei meinem Unterricht letzte Woche bemerken und auch die Kinder fanden das "neue Training" gut.

Auch Monika hat sich mit ihrem Wissen und ihrer Erfahrung eingebracht. Wann immer man eine Frage hatte oder einen Rat brauchte war sie zur Stelle.

Abschließend möchte ich für mich feststellen, dass dieser Lehrgang wichtig war, um eine gute und effektive Trainerarbeit zu leisten. So eine Ausbildung ist unumgänglich. Ich war mir gar nicht bewusst, wie viel man falsch machen kann.

Katharina Ritzenhoff