



# Ausbildungsordnung des Bayerischen Radsportverbandes e.V.

## **D - Trainer Bayern**

(Straße, Bahn, MTB)

## **C - Trainer**

(Straße, Bahn, Cross, MTB, BMX)

## **B - Trainer**

(Straße, Bahn, Cross, MTB, BMX)

## **C-/B-Trainer Fortbildung**

(Straße, Bahn, Cross, MTB, BMX)

Herausgeber:  
Bayerischer Radsportverband e.V.  
Georg-Brauchle-Ring 93  
80992 München  
Version: 2021



## **Einleitung**

Im Auftrag des Bund Deutscher Radfahrer sind die Landesfachverbände für die Trainerausbildung in den Bereichen Trainer C & B, sowie für die Fortbildung dieser Lizenzen verantwortlich.

Es gilt dabei die jeweils aktuelle Ausbildungsordnung des BDR.

Die Aus-/Fortbildungen können sowohl in Form von Präsenzveranstaltungen (hierzu gehören auch online-live-Seminare) sowie online-Seminaren durchgeführt werden.

## **D - Trainer Bayern- Ausbildung**

Die D-Trainer-Ausbildung ist für engagierte Trainer<sup>1</sup> und Betreuer in den Vereinen gedacht, welche sich praktisches Wissen für den Trainingsbetrieb im Verein aneignen möchten.

Die Ausbildung wird in verschiedenen Modulen angeboten, welche sich an den Disziplinen des BRV orientieren. Die Module werden von Trainern des Bayerischen Radsportverbandes im Rahmen von Tagesveranstaltungen an verschiedenen Orten in Bayern angeboten.

### **Ziele**

Ziel der D-Trainer-Ausbildung ist die Vermittlung von praxisorientiertem Wissen, welches den Teilnehmern im Rahmen ihrer Vereinsarbeit zugutekommt.

Die D-Trainer-Ausbildung enthält einen praktischen und einen theoretischen Teil. Dabei nimmt der Praxisteil mit ca. 80% der Ausbildungszeit den Schwerpunkt der Ausbildung ein. In diesem wird mittels Spielen und fahrtechnischen Grundlagen, bezogen auf die jeweiligen Disziplinen, praktisches Wissen für die Vereinsarbeit vermittelt. Beim theoretischen Teil wird über die Strukturen des Bayerischen Radsportverbandes, die D-Kaderstrukturen und die Organisation des Vereinstrainings informiert.

### **Ausbildungsträger und Zuständigkeiten**

Die Praxistage werden von den Trainern des Bayerischen Radsportverbandes in Kooperation mit regionalen Vereinen durchgeführt. Der Einnahme-Überschuss der Praxistage kommt den Vereinsjugendkassen der jeweiligen Vereine zugute. Die Zuständigkeit obliegt dem ausschreibenden Disziplintrainer.

### **Termine**

Die Termine der angebotenen D-Trainer-Ausbildungen werden auf der Homepage des Bayerischen Radsportverbandes veröffentlicht.

### **Erwerb und Gültigkeit**

Nach Abschluss des Praxistages wird den Absolventen eine Teilnahmebestätigung über 10 Lerneinheiten ausgehändigt.

### **Anrechnung**

Die bescheinigten Übungseinheiten können bei einer binnen 24 Monaten begonnen C-Trainer-Ausbildung als Praxisteil angerechnet werden.

Außerdem kann die Teilnahme an einem Praxistag D-Trainer Bayern mit 8 LE zur Verlängerung der C-/B-Trainerlizenz (Praxisteil) angerechnet werden.

---

<sup>1</sup> Alle nachfolgend genannten Bezeichnungen von Personen, werden der besseren Lesbarkeit halber, geschlechtsneutral verwendet.



## **Trainer C - Ausbildung**

Die Ausbildung umfasst einen Ausbildungszeitrahmen von 120 Lehreinheiten (LE) und richtet sich mit ihren Inhalten nach der jeweils aktuellen Ausbildungsordnung des Bund Deutscher Radfahrer.

### **Voraussetzungen**

Um an der Ausbildung zum C-Trainer teilzunehmen, müssen folgende Voraussetzungen vor Beginn der Ausbildung erfüllt sein:

- Die Mitgliedschaft in einem Verein, der mit zumindest einer Sparte dem Bund Deutscher Radfahrer e.V. über einen Landesverband angeschlossen ist.
- Die erfolgreiche Teilnahme an einem 9-stündigen Erste-Hilfe-Kurs, der zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre ist.
- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Erfahrung in der sportlichen Arbeit und überdurchschnittliches Können im Radsport

### **Anforderungen während der Ausbildung**

- Anwesenheit zu allen Terminen der C-Trainer-Ausbildung
- Aktive Teilnahme an allen theoretischen und praktischen Ausbildungsinhalten, sowie Diskussionsrunden/Gruppenarbeiten
- Bestehen aller Prüfungsanforderungen

Eine Ausstellung von Trainerlizenzen erfolgt erst nach erfolgreichem Abschluss aller relevanten Inhalte.

### **Ziele der Ausbildung:**

Die Ausbildung umfasst die Qualifikation zur Leitung von Sportgruppen und einzelnen Sportlerinnen und Sportlern im Kinder- und Jugendbereich des Vereinssports. Sie umfasst Lektionen zur Mitgliedergewinnung, -förderung und -bindung auf der Grundlage am Trainingsziel orientierter Übungs- und Trainingsangebote und vermittelt Inhalte und Hilfestellungen zur Talentsichtung, -förderung und -bindung. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung von Sportangeboten für Kinder und Jugendliche, sowie das Schaffen von kind- und jugendgerechten Lernumgebungen.

### **Inhalte:**

Bedeutung von Trainerinnen und Trainern für Kinder und Jugendliche

- Coaching: Der Mensch im Mittelpunkt
- Rolle der/des Trainerin/Trainers im Nachwuchssport
- Vermittlung sozialer Kompetenzen im und durch den Sport
- Prävention sexualisierte Gewalt

Sportwissenschaftliche Grundlagen

- Anatomie des menschlichen Körpers
- Grundsätzliche Ernährungsprinzipien
- Energiegewinnungsprozesse im Überblick



### Allgemeines zum sportlichen Training

- Langfristiger Leistungsaufbau – Ausbildungsetappen im Radsport
- Struktureller Aufbau einer Sportstunde/Trainingseinheit
- Konditionelle und koordinative Fähigkeiten
- Allgemeine Trainingsmittel und -prinzipien
  - Basiswissen zur Vermittlung von konditionellen Fähigkeiten (teilw. Referate)
  - Praxisworkshops
    - Allgemeines Krafttraining
    - Beweglichkeitstraining
    - Spielerisches Koordinations-, Schnelligkeits- und Ausdauertraining mit und ohne Fahrrad
    - Übungen zur allgemeinen Stabilisierung und turnerische Elemente

### Radsportspezifische Inhalte

- Wettkampfglements
- Die olympischen und nichtolympischen Disziplinen im Radsport
  - Konditionelle Anforderungen
  - Koordinativ-technische Anforderungen

### Weitere Themen

- Dopingprävention (Vorstellung NADA & Online-Modul)
- Rechtliche Aspekte bei der Betreuung von Kinder- und Jugendgruppen im Sport
- Strukturen im Bayerischen Radsportverband
  - Kaderstrukturen
  - Landesleistungszentrum/Bundesstützpunkt mit EdS

## Bewertungsgrundlagen C-Trainer-Lizenz

### *Vorbereitung Kurzreferat inkl. Handout & Schriftliche Ausarbeitung*

Die Ausarbeitung eines allgemeinen Trainingsmittels im Bezug auf Kinder- und Jugendsport, abgestimmt mit der/dem Ausbildungsverantwortlichen, belegt durch ein zehnminütiges Referat und ein Handout für die weiteren Teilnehmenden der Ausbildung

Schriftliches persönliches Statement (Eine DinA4-Seite, Arial, Schriftgröße 10, Zeilenabstand 1,5, Seitenränder jeweils 1,5cm) zur Rolle der Trainer/innen im Nachwuchssport.

Beide Teile werden mit *bestanden/nicht bestanden* gewertet und sind *Zulassungskriterium* zur schriftlichen Abschlussprüfung.

### *Erfolgreiches Absolvieren des Dopingpräventionskurses der NADA/WADA.*

Dieses Online-Modul wird zu Hause absolviert. Der Zugang zum Seminar ist möglich über [www.gemeinsamgegendoping.de](http://www.gemeinsamgegendoping.de)

### *Abschlussprüfung*

Die Abschlussprüfung (schriftlich, Multiple-Choice) findet im letzten Präsenzteil der Ausbildung statt. Sie soll sicherstellen, dass die Ausbildungsteile verinnerlicht wurden und in Zukunft zur Anwendung gebracht, werden können. Der Umfang beläuft sich auf insgesamt 40 Fragen, wobei anteilig jeweils folgende Teilbereiche geprüft werden:

*Bedeutung von Trainerinnen und Trainern für Kinder und Jugendliche:* 12 Fragen  
*Sportwissenschaftliche Grundlagen:* 10 Fragen



*Allgemeines zum sportlichen Training:*

10 Fragen

*Radsportspezifische Inhalte:*

8 Fragen

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 60% der Fragen richtig beantwortet wurden.

*Hospitation inkl. Reflexion*

Zusätzlich wird der Nachweis einer Praxis-Hospitation verlangt. Diese kann durch **eine** der nachfolgenden Möglichkeiten absolviert werden:

- Eine Hospitation bei einem BRV-Trainer bzw. an einem Good-/Best-Practice-Standort des BRV
- Erfolgreiche Teilnahme an einer "D-Trainer Bayern" - Ausbildung

*Im Anschluss an die Hospitation ist ein Bericht (Vorlage wird zur Verfügung gestellt) gemeinsam mit der/dem Verantwortlichen bei der Hospitationsstelle auszufüllen und per E-Mail (als Scan) an [ausbildung@brv-ev.de](mailto:ausbildung@brv-ev.de) zu senden.*

Die zum erfolgreichen Abschluss der Ausbildung erforderlichen Nachweise/Teilleistungen, sind im BRV-Portal Phoenix II in den dafür vorgesehenen Bereich zu übermitteln.

### **Anrechnung von Vorqualifikationen**

Im Einzelfall können Vorqualifikationen anerkannt werden (z.B. erbrachte Staatsexamen/Bachelorabschluss Sportstudium Lehramt/Wissenschaft; ähnliche Qualifizierung in einem anderen Sportverband mit Nachweis durch Vorlage der Ausbildungsordnung und absolvierter Lizenz; etc.). Über die Annahme und Anrechnung des Nachweises entscheidet der Ausbildungsverantwortliche des BRV.

## **Trainer B - Ausbildung**

Die B-Trainer Ausbildung umfasst einen Ausbildungszeitrahmen von 60 LE und richtet sich mit ihren Inhalten nach der jeweils aktuellen Ausbildungsordnung des Bund Deutscher Radfahrer.

Die Mindestanzahl eingegangener, erfolgreicher Bewerbungen liegt bei 10 Personen. Sollte die Anmeldezahl bei Anmeldeschluss darunter liegen, entfällt der Lehrgang im betroffenen Jahr ersatzlos.

### **Voraussetzungen**

Um an der Ausbildung zum B-Trainer teilzunehmen, müssen folgende Voraussetzungen vor Beginn der Ausbildung erfüllt sein:

- Erfolgreiche Bewerbung entsprechend der jeweiligen Ausschreibung (umfasst ein einseitiges Motivationsschreiben mit Tätigkeitsbeschreibung im Sportverein)
- Anwesenheit & aktive Mitarbeit bei allen Terminen der B-Trainer-Ausbildung
- Die Mitgliedschaft in einem Verein, der als Ganzes oder mit einer Vereinsabteilung dem Bund Deutscher Radfahrer e.V. über einen Landesradsportverband angeschlossen ist.
- Eine gültige C-Trainerlizenz



- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Erfahrung in der sportlichen Arbeit als Trainer/in im Nachwuchsbereich
- Abgabe einer schriftlichen Ausarbeitung (s. unten) und entsprechende Bewertung/Zulassung des Lehrteams

*Erst wenn der BRV Geschäftsstelle alle Ausbildungsnachweise vorliegen, kann eine Lizenz ausgestellt werden.*

### **Ziele der Ausbildung:**

Die Ausbildung qualifiziert für die Talentsichtung, -förderung und -bindung auf der Grundlage eines leistungssportlich orientierten Trainings- und Wettkampfangebotes im Nachwuchsbereich. Sie umfasst die adäquate und altersgerechte Leitung von Sportgruppen und einzelnen Sportlerinnen und Sportlern im Wettkampf- und Leistungssport. Sie baut auf die in der Lizenzstufe C erworbenen Kompetenzen auf und führt zu einem eigenständigen Profil im Nachwuchsleistungssport der jeweiligen Radsport-Disziplingruppe. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Trainings für Nachwuchsleistungssportler/innen der Altersklassen U15 bis U23.

### **Inhalte:**

Allgemeine Grundlagenkenntnisse:

- Belastung, Beanspruchung und Pause
- Leistungsdiagnostik
- Leistungsverbesserung – Trainingsoptimierung
- Adäquate Umfangssteigerungen in den konditionellen Trainingsmitteln

Spezifische Radsportkenntnisse:

- Technikleitbilder in Theorie und Praxis
- Verschiedene verbale und nonverbale Korrekturmöglichkeiten im Techniktraining
- Periodisierung und Zyklisierung: Rahmentrainingsplanung (vom Makro- zum Mikrozyklus)

Sportpädagogik:

- Persönlichkeits- und Teamentwicklung im und durch den Sport
  - Psychosoziale Ressourcen
  - Methodik zur Entwicklung von mündigen Teilhabenden an Sportangeboten
- Unterschiede zwischen - Erfolgreichen Athleten - und - Potenziell Erfolgreichen Sportlern -
- Trainingsphilosophien

### **Bewertungsgrundlagen B-Trainer-Lizenz**

#### *Schriftliche Ausarbeitung*

Vor Ausbildungsbeginn muss eine Seminararbeit, welche auf den grundlegenden Inhalten der C-Trainer-Ausbildung aufbaut (Beschreibung fundamentaler Teilbereiche) und sich im weiteren Verlauf mit speziellen Trainingsmitteln im Radsport auseinandersetzt. Die genaue thematische Zuordnung wird mit der/dem Ausbildungsverantwortlichen abgestimmt; eigene Vorschläge werden ggf. berücksichtigt. Im Rahmen der Präsenzteile der Ausbildung, muss die Ausarbeitung durch ein zwanzigminütiges Referat (inkl. Handout) vorgestellt werden!





- Die Seminararbeit umfasst 10-15 Seiten Fließtext (DinA4-Format, Schriftart Arial, Schriftgröße 10, Zeilenabstand 1,5, Seitenränder jeweils 1,5cm, grafische Darstellungen - maximal eine pro Seite oder als Anhang)
- Die Seminararbeit muss sechs Wochen vor Beginn der Ausbildung abgeschlossen sein und der/dem Ausbildungsverantwortlichen vorliegen. Die Frist zur Einreichung wird in der Ausschreibung bekanntgegeben.
- Themenvorschläge können unter anderem aus den folgenden Bereichen kommen:
  - Spezielle, radsportspezifische Trainingsmethoden (Anwendungen, Hintergründe, Vor- und Nachteile)
  - Talentgewinnung, Talentförderung (Strukturen im deutschen Sport im Vergleich zu anderen Sport-Systemen, Vorstellung und Auswertung eigener Systeme etc.)
  - Leistungsdiagnostik
  - Vorstellung eines Teilbereiches aus der Sportpsychologie
  - ergänzende Alternativsportarten für Radsportler
  - Besonderheiten bei Quereinsteigern
  - Zyklisierung, Periodisierung, Unmittelbare Wettkampfvorbereitung (konkrete Fallbeispiele)

*Andere Themen sind ebenfalls möglich, wenn sie mit dem Ausbildungsverantwortlichen abgestimmt sind.*

#### *Präsentation schriftliche Ausarbeitung*

Im Rahmen der Präsenzphasen werden alle schriftlichen Ausarbeitungen durch die jeweiligen Teilnehmenden im Plenum vorgestellt. Die Bewertung der Präsentation geht zu 20% inhaltlich in die Abschlussprüfung (s. unten) ein. Einzige Bewertungsgrundlage ist die korrekte Darstellung der vorher erarbeiteten theoretischen Inhalte und eine ordentlich vorbereitete Präsentation (Mindestanforderung Handout; muss eine Woche vor Präsentationstermin der/dem Ausbildungsverantwortlichen vorliegen – idealerweise digitale Präsentation und Handout). Bewertet wird mit bestanden/nicht bestanden.

#### *Abschlussprüfung*

Die Abschlussprüfung (schriftlich, Multiple-Choice) findet im letzten Präsenzteil der Ausbildung statt. Sie soll sicherstellen, dass die Ausbildungsteile verinnerlicht wurden und in Zukunft zur Anwendung gebracht, werden können. Der Umfang beläuft sich auf insgesamt 40 Fragen, wobei anteilig jeweils folgende Teilbereiche geprüft werden:

*Allgemeine Grundlagenkenntnisse: 10 Fragen*

*Spezifische Radsportkenntnisse: 15 Fragen*

*Sportpädagogik: 15 Fragen*

Die Prüfung wird zu 80% (jede richtig beantwortete Frage bringt 2% zum Gesamtergebnis ein) in ein Gesamtergebnis zusammen mit der Präsentation der schriftlichen Ausarbeitung einfließen. Bestanden wird mit einer **Gesamtleistung** von 70%.

Die zum erfolgreichen Abschluss der Ausbildung erforderlichen Nachweise/Teilleistungen, sind im BRV-Portal Phoenix II in den dafür vorgesehenen Bereichen zu übermitteln.



## **Trainer C/B - Fortbildung**

Zur Verlängerung einer C-/B-Trainerlizenz, sind Fortbildungen mit einem Mindestumfang von 15 LE zu besuchen. Dabei sind sowohl mindestens eine Praxis-Fortbildung (8 LE) sowie eine Theorie-Fortbildung (8 LE) zu absolvieren. Die Lizenz wird im Regelfall um vier Jahre verlängert. Darüber hinaus ist der Besuch einer Ersten-Hilfe-Ausbildung lt. DOSB/BDR-Richtlinien vorgeschrieben.

### **Voraussetzungen**

Zur erfolgreichen Verlängerung von Trainer C/B Lizenzen, müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Teilnahme an Fortbildungen mit mindestens 15 LE (Praxis- und Theorie-Fortbildung)
- Mitgliedschaft in einem Verein, der mit zumindest einer Sparte dem Bund Deutscher Radfahrer e.V. über einen Landesverband angeschlossen ist.
- gültige C-/B-Trainerlizenz
- Schriftliche Beschreibung der Trainertätigkeit im Verein für den Lehrgangsteiler

### **Folgende Möglichkeiten werden zur Lizenzverlängerung angeboten:**

1. Fortbildungsangebote des BRV (mind. 15 LE)
2. Fortbildungsangebote anderer Landesradsportverbände (mind. 15 LE)
3. Fortbildungsangebote des BLSV/anderer Landessportverbände, sofern deren Inhalt für das Radsporttraining von Nutzen ist. Bspw. Skilanglauf, Langhanteltraining, funktionelles Beweglichkeitstraining (mind. 15 LE). Die Anerkennung zur Lizenzverlängerung ist im Vorfeld mit der Ausbildungsleitung des Bayerischen Radsportverbandes abzuklären.

Erfolgt innerhalb des Gültigkeitszeitraumes der jeweiligen Lizenz keine ausreichende Fortbildung, können Lizenzen wie folgt erneuert werden:

#### **Fortbildung im ersten Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach Vorliegen eines Nachweises einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 Lerneinheiten um die in den Lizenzrichtlinien angegebenen Jahre abzüglich eines Jahres verlängert.

#### **Fortbildung im zweiten bzw. dritten Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach Vorliegen eines Nachweises einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 30 Lerneinheiten um die in den Lizenzrichtlinien angegebenen Jahre abzüglich von 2 bzw. 3 Jahren verlängert.

#### **Überschreiten der Gültigkeitsdauer von mehr als 3 Jahren:**

Bei Überschreiten der Gültigkeitsdauer von mehr als 3 Jahren entscheidet der BRV individuell über die Bedingungen für den Lizenzerhalt.





### **Ziele der Fortbildung:**

Das Ziel der Fortbildung ist die Auffrischung, Ergänzung und die qualitative Steigerung des bisher erworbenen und angewandten Wissens im Bereich Radsport und Training. Der Praxistag "D-Trainer Bayern" wird sportartspezifisch angeboten. Der Theorietag umfasst allgemeine sportartübergreifende Themen.

Ergänzend zur Ausbildungsordnung sind folgende Hinweise/Bestimmungen zu beachten:

## **Anmeldung & Teilnahmebedingungen zu Aus- /Fortbildung des BRV**

Die Anmeldung zu den BRV-Seminaren und Veranstaltungen erfolgt über das Online- Anmeldeverfahren im BRV-Portal Phoenix II <https://bayrv.it4sport.de> Eine schriftliche Anmeldung zu den Lehrgängen ist nicht möglich.

Für die Online-Anmeldung zu einem Lehrgang des Bayerischen Radsportverbandes (BRV) muss ein persönlicher Account über das BRV-Portal Phoenix II erstellt werden. Die Verantwortung für die Richtigkeit der persönlichen Daten im persönlichen Account liegen beim Teilnehmer. D.h. der Teilnehmer trägt Sorge, dass seine Daten richtig eingegeben sind und nimmt ggf. Korrekturen selbst vor. Der BRV haftet ausdrücklich nicht bei unkorrekt eingegebenen Daten.

Mit der Anmeldung bestätigt der Teilnehmer, dass der von ihnen angegebene Verein über eine Teilnahme informiert wurde.

Bei Auswahl der Zahlungsart „Bezahlung durch den Verein“ bestätigen der Teilnehmer zudem, dass der Verein über die Kosten informiert und die Abbuchungsermächtigung zum Einzug der Meldegebühr erteilt hat. Die Lehrgangsgebühr wird dem angegebenen Verein in Rechnung gestellt und vom Vereinskonto abgebucht. Sofern der Verein dem BRV keine Einzugsermächtigung erteilt hat, ist der Rechnungsbetrag vom Verein zu überweisen.

Bei der Angabe "Mitglied in keinem Verein" oder „BDR-Vereine nicht Bayern“, sowie bei der Zahlungsart „Bezahlung durch oben genanntes Konto“ und „Bezahlung durch Überweisung“ erhält der Teilnehmer eine Privatrechnung.

Evtl. entstehende Kosten durch eine missbräuchliche Verwendung werden dem Verursacher ggf. in Rechnung gestellt. Die Anmeldung zu den Lehrgängen wird mit dem Eingang der Online-Anmeldung und erfolgreicher Prüfung durch den BRV verbindlich.



## **Meldeschluss und Zulassung**

Die Verfügbarkeit freier Plätze eines Lehrgangs kann der BRV-Homepage entnommen werden. Bei allen Meldungen zu Lehrgängen des BRV entscheidet die Reihenfolge des Eingangs über die Zulassung. Eine Anmeldung nach Meldeschluss ist nicht möglich.

Eine Teilnahme ohne vorherige Onlineanmeldung ist nicht möglich.

## **Abmeldung**

Jeder Teilnehmer ist berechtigt, sich vor dem Meldeschluss des Lehrgangs abzumelden. Abmeldungen müssen grundsätzlich schriftlich an den Lehrgangsleiter und die BRV Geschäftsstelle ([ausbildung@brv-ev.de](mailto:ausbildung@brv-ev.de)) erfolgen. Maßgeblich ist der Zeitpunkt des Zugangs der schriftlichen Abmeldung bei der BRV-Geschäftsstelle. Bei Abmeldung nach dem Meldeschluss kann die Gebühr nur gegen Vorlage eines Attestes rückerstattet werden, oder wenn vom Teilnehmer/Verein eine Ersatzperson gefunden wird.

Die Beschlussfassung zur Ausbildungsordnung erfolgte am 24.10.21 im Verbandsausschuss des BRV.