

# Trainer-Lizenzverlängerung 2014 - Schluss mit Stillstand...

(aufgeschrieben von Gerd Hahnemann am 06.07.2014)

...das Alte bewahren um das Neue zu verstehen oder: Wir müssen nichts neu erfinden, wofür die Grundlagen existieren! Es gibt die Funktion des Lehrreferenten im SKB schon so lange, wie es den SKB selbst gibt. Gelegentlich aber müssen Sachgebiete neu besetzt werden, wenn es zum Stillstand kommt oder zu Umständen, die den völligen Stillstand bedeutet haben und sogar untersucht werden müssen, warum



## Das Gesamt-Team

Trainerlizenz stilrichtungsübergreifend zu denken. Insofern konnte Thomas überzeugen und alle Teilnehmer unter einen Hut bringen. Es bestand auch keinerlei Notwendigkeit, die Anwesenden herum zu scheuchen, Schwitzen können die dann wieder in ihrem eigenen Training.

Was mich besonders beeindruckt hat war, dass wirklich gestandene Trainer anwesend waren, die so dermaßen interessiert den Ausführungen zuhörten und ihre Erfahrungen im Austausch mit anderen Trainern erläuterten. Es war eine sehr angenehme Atmosphäre und die Erläuterungen der anwesenden Trainer sind ohnehin der eigentliche Stoff, der vermittelt werden soll. Neuere Erkenntnisse werden dann in den theoretischen Grundlagen vermittelt und dem eigenen Erfahrungsschatz hinzugefügt, ganz einfach alles! Nur eben gelegentlich schwer anzunehmen!

was schief gelaufen ist.

So wurde die Stelle der Lehrreferenten vom Präsidium neu besetzt. Auf Grund dessen, dass dies eine Wahlfunktion ist, wurde Thomas Hahnemann kommissarisch eingesetzt. Ob er diese Funktion bis zur nächsten Mitgliederversammlung überhaupt besetzen kann, steht keinesfalls fest. Er wollte jetzt aber helfen und die wirklich sehr unangenehme Situation mit beenden. Ich meine, das ist ihm echt gut gelungen!

Es gab einen sehr kurzweiligen Vortrag, der verschiedene Aspekte der Trainingslehre allgemein zum Inhalt hatte und Informationen darüber, wie diese allgemeinen Erkenntnisse speziell im Karate-Training umgesetzt werden können. Das besondere Problem im Karate sind dabei natürlich die Stilrichtungen, meinen jedenfalls jene Karateka, die nicht in der Lage sind, zumindest hinsichtlich Erwerb- bzw- Verlängerung einer



## Das Gesamt-Team bei der Arbeit.



## Der „Moderator“



Ein guter Referent ist ein Moderator, der alle Teilnehmer zum Referenten macht!  
Wichtigtuerei war gestern; heute ist Gestaltung!

# HINWEISE

Nach einem Präsidiumsbeschluss wurden für dieses Jahr zwei Seminare und für das Jahr 2015 vier solcher Weiterbildungsveranstaltungen angesetzt, die den Teilnehmern auch nichts kosten sollen. Lediglich der SKB-interne „Verwaltungsakt“ der Verlängerung kostet schließlich 25 EUR. Die gestrige Einheit wird mit 9 Einheiten angerechnet. Insgesamt sind für eine Verlängerung 15 Einheiten zu besuchen. Am gestrigen Tag wurden noch einmal auch extern besuchte Trainingseinheiten (Karate-Lehrgänge) angerechnet, dies soll es nach dem Willen des Präsidiums in Zukunft nicht mehr geben. Deshalb werden 4 Seminare jährlich vom SKB angeboten. Zwei davon sind ausreichend, weil ihr damit auf mindestens 15 Einheiten kommt. Grund für diese Regelung ist einfach nur die Vermittlung allgemeiner und spezifischer Trainer-Kenntnisse aus der Trainingslehre sowie die Vermittlung interner, SKB-spezifischer Informationen.

Eins der Seminare wird jeweils zum Tag des Sächsischen Karatebundes angeboten. Hier aber ist zu beachten, dass die Teilnahme am Tag des Sächsischen Karateka 5 EUR Teilnehmergebühr kostet. Da eine Lizenz seit dem Erwerb bzw. der letzten Verlängerung 4 Jahre gültig ist, habt ihr somit genügend Möglichkeiten, zwei Seminare zu besuchen. Selbstverständlich kann aber auch jeder Interessierte auch ohne Lizenz an den Seminaren kostenlos teilnehmen. Der Neuerwerb einer Fachlizenz aber setzt natürlich den Besuch eines entsprechenden Ausbildungsganges voraus. Diese Ausbildungsgänge finden unabhängig von Lizenzverlängerungen statt und sind in der Ausbildungsordnung auch gesondert erläutert.

Die hier beschriebene Verfahrensweise ist ohne Gewähr! Der verbindliche Wortlaut soll meiner Kenntnis nach auf der Homepage des SKB veröffentlicht werden!

## Fragen zum Ende des Seminartages (aus dem Gedächtnis wiedergegeben)

**Diese wurden aber noch gemeinsam ausgewertet.**

War echt interessant, wir hätten bald das Ende verpasst...

1. Was verstehst du unter einer „kinetischen Kettenreaktion“?
2. Welche Fasertypen kennst du und welche Eigenschaften würdest du ihnen zuordnen?
3. Was besagt die „PECH“-Regel?
4. Unterteile den Begriff „Koordination“ in Unterbereiche!
5. Nenne „Grundmotorische Eigenschaften“!
6. Was von diesen „Grundmotorischen Eigenschaften“ kannst du mit „Kata“ üben?
7. Welche Muskelverletzungen fallen dir ein? Beschreibe eine davon näher!
8. Was für „Erste-Hilfe-Maßnahmen“ fallen dir zu der vorstehend beschriebenen Verletzung ein?
9. Was fällt dir zum Trainingsaufbau ein, wenn du ein Kindertraining abhältst?

Frage 10 weiß ich nicht mehr, die wollt ihr aber bestimmt auch gar nicht wissen:-)



Das **nächste Seminar** zur  
Lizenzverlängerung findet am  
**29.11.2014**  
zum Tag des Sächsischen Karateka  
**in Mittweida**  
statt!

