„

Das spezielle BDR-Ausbildungsangebot zum **Fit 4 PEDELEC-Instruktor** richtet sich an alle Trainerinnen und Multiplikatoren in den Radsportverbänden /-vereinen, die sich auf den wachsenden Markt der Pedelec-Nutzer und deren speziellen Bedürfnissen ausrichten wollen.

Es vermittelt das Know-How zur Entwicklung eines Fahrsicherheitstrainings im Verein, über welches neben der Verbesserung der Fahrradbeherrschung auch das gemeinsame Radfahren erlebbar wird und eine Hinführung von Pedelec-Fahrern zum Breitensportangebot im BDR erfolgt.

Ein Pedelec unterscheidet sich hinsichtlich seiner Antriebscharakteristik enorm von motorlosen Fahrrädern. Mit diesem Unterschied wachsen die Anforderungen an eine sichere Fahrtechnik und Koordination. Daher vermittelt unser erfahrener Referent umfangreich allen Teilnehmer:innen Fahrtechnik und koordinative Radfahrschulung sowie alles rund um Recht und Sicherheit auf dem Pedelec.

**Ausbildungsinhalte**

- **Technikwissen:** Technik, Material, Ausrüstung, Materialpflege und Service, Definitionen
- **Fahrtechniktraining/Sicherheitstraining:** Schulung fahrtechnischer Grundfähigkeiten (Auf- und Absteigen, Bremsen, Schalten, Kurvenfahren, KSP-Belastung, Gruppenfahren, Zeichengebung), Besonderer Schwerpunkt in der Vermittlungskompetenz und Methodik, Einstellung/Biometrie, Koordination, Sicherheit, fahr und Bewegungstechniken, Unterschiede zwischen Pedelec und „normalem“ Fahrrad
- **Planung, Durchführung und Leitung von Pedelec-Gruppen:** Grundlegende Führungstechnik und –taktik, Sensibilisierung zu spezifischen Risiken, Befähigung zum Umgang mit „gemischten Gruppen“
- **Rechte und Pflichten:** StVO relevante Aspekte, Rechtslage zu Helmpflicht, Führerschein, Mindestalter, 2m Regel
- **Sportbiologie:** Trainingsphysiologische Grundlagen, Ansätze zur Trainingslehre
- **Der Gruppenleiter,**: Kompetenzbereiche, Soziale Grundprinzipien, Verknüpfung fachlicher Kompetenzen mit situativen Vermittlungsfähigkeiten
- **Gruppen und Risikomanagement:** Entwickeln einer objektiven Teilnehmer- und Gruppeneinschätzung für die Leitung und Lenkung von Kleingruppen, Schaffung konkreter Strategiepläne zur Prävention bzw. Konfliktlösung individuell lösbarerer Situationen

**Daten:**

**Termin:** 02./03. September 2023

**Beginn:** 9.30 Uhr, **Ende:** ca. 16 Uhr

**Ort:** Sportschule des Landessportbundes Hessen (LsbH) Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt

**Für wen:**

Lizenzierte Trainer:innen (C-Trainer:innen), Leiter:innen von Radsportgruppen

Keine Endverbraucher (Schulung)

Die Fortbildung wird zur Lizenzverlängerung für C-Trainer um 4 Jahre anerkannt.
Die BDR-Mitgliedschaft ist Voraussetzung für die Teilnahme.

**Organisatorisches:**

Die Teilnehmergebühr beinhaltet die Unterbringung im Einzelzimmer im Haus der Sportschule des LsbH sowie Verpflegung.

Mitzubringen ist ein normales Pedelec, z.B. City- , Trecking-, Freizeit- Pedelec, die persönliche Ausrüstung zum Radfahren (Helm, sportliche Bekleidung….

Das Zustandekommen des Lehrgangs ist abhängig von der Anzahl der Teilnehmeranmeldungen. Eine entsprechende Information/Bestätigung wird kurzfristig nach Meldeschluss, versandt.

Bei Rückfragen und Organisatorische Angelegenheiten meldet euch bei Dagmar.Promberger@bdr-online.org

Hier geht es zur Anmeldung (Link bitte anklicken):
Fit for e-Bike-Instruktor - Bund Deutscher Radfahrer (bdr-trainerclub.de)

Meldeschluss ist am 07.08.2023.

Frankfurt am Main, Mai 2023
gez. Dagmar Promberger, Referat Breitensport