



## Ausschreibung und Einladung

Österreichischer  
Fachverband  
für Turnen

**oeft.at**

Austrian Gymnastics Federation  
A-1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10  
Tel. +43 1 505 51 79 ■ office@oeft.at

# ÖFT-Übungsleiterkurs Trampolinspringen

ÖFT-Kurs Nr.16-15015

Wien, am 30. September 2016

### Termine:

Spezialmodul 1 in Steyr: 03./04.12.2016  
Spezialmodul 2 in Steyr: 21./22.01.2017

### Veranstaltungsort:

Turnhalle des TV Steyr  
Fachschulstraße 1  
4400 Steyr

### Zeitplan:

**Samstag, 3. Dezember 2016, ca. 14:00 Uhr - Sonntag, 4. Dezember 2016, ca. 18:00 Uhr**  
**Samstag, 21. Jänner 2017, ca. 14:00 Uhr - Sonntag, 22. Jänner 2017, ca. 18:00 Uhr**  
*Der detaillierte Stundenplan wird allen angemeldeten Teilnehmerinnen und Teilnehmern vor Kursbeginn zugesandt.*

### Voraussetzungen:

Voraussetzung für die Teilnahme ist die bereits erfolgte, positive Absolvierung des ÖFT-Übungsleiter Basismoduls oder eine abgeschlossene ÖFT-Übungsleiter- oder höherwertige Ausbildung in einer anderen ÖFT-Turnsportart!

### Betreuungsgruppe:

Untrainierte/Anfänger und mäßig Fortgeschrittene aller Altersgruppen, vorwiegend Kinder und Jugendliche.

### Kursziel:

Im Spezialmodul 1 wird **der Weg von der ersten Trampolineinheit** mit Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen, **bis hin zum Einfachsalto vorwärts und rückwärts** erarbeitet.  
Im Spezialmodul 2 werden **Vorwärtssaltos mit bis zu einer halben Schraube (Barani) und Rückwärtssaltos** erarbeitet, sowie **Pflichtübung für Österreichische Meisterschaften**. Die Teilnehmer/innen werden dabei über korrekte technische Ausführungen und Vorgehensweisen unterrichtet und auch praktisch die Sicherstellungen am Trampolin üben.



### Mindestalter für die Teilnahme:

Die Teilnahme am Spezialmodul und an dessen Prüfung ist ab dem 15. Lebensjahr möglich. Eine ÖFT-Übungsleiterausbildung kann allerdings erst ab dem vollendeten 16. Lebensjahr abgeschlossen werden.

### Prüfung:

Der Praxisteil der Prüfung wird im Rahmen der jeweiligen Module von den Vortragenden abgenommen. Für einen positiven Abschluss des Übungsleiters für Trampolinspringen müssen alle zwei Spezialmodule besucht werden. Teilnehmer/innen, die die Prüfung bestanden haben, erhalten den Titel „ÖFT-Übungsleiter/in für Trampolinspringen“. Für einzelne absolvierte Module kann eine Teilnahmebestätigung ausgestellt werden.

### Kursinhalte:

- **Geräteaufbau und Sicherheit:** Sicherstellung am Gerät, Arbeiten mit der Schiebematte, Sturztraining
- **Theoretische Grundlagen:** Trampolinspringen als Wettkampfsport, Sprungbezeichnungen, Reglement, Pflichtübungen
- **Turnerische Grundausbildung:** Rollen, Räder, Handstände, Minitramp
- **Landungsarten am Trampolin** Sitz, Bauch, Rücken
- **Salto vw. und rw**
- **Salto rückwärts gebückt und gestreckt**
- **Salto vorwärts mit ½ Schraube (Barani)** gehockt, gebückt und gestreckt
- **Salto rw. zu Sitz und Rücken**
- **¾ Salto vorwärts und rückwärts**
- **Theoretische Grundlagen:** Wettkampfkarten, Pflichten, spezielle Biomechanik
- **Turnerische Grundausbildung:** Minitramp etc.
- **Spezielles Krafttraining**
- **Spezielles Dehnen**

Folgendes ist mitzubringen:

- Schreibunterlagen
- Sportbekleidung

### Kursleitung:

Mag. Ingrid Hemedinger, Sportdirektorin Trampolinspringen, [ingrid.hemedinger@oeft.at](mailto:ingrid.hemedinger@oeft.at)

### Kursreferent/inn/en:

Erstklassige Spezialist/inn/en und erfahrene Kurslehrer/innen aus dem Referentenpool des Österreichischen Fachverbandes für Turnen.

u.a. DI Dr. Dieter Hayn und Markus Höckner

### Kursbeitrag:

Modul 1: EUR 120,-  
Modul 2: EUR 120,-



### **Übernachtungsmöglichkeit:**

In der Turnhalle mit Schlafsack inkl. Frühstück 5€/ Nacht/ Person möglich  
Anfahrts-, Unterkunfts- und Verpflegungskosten sind in der o.g. Kursgebühr **nicht** enthalten und müssen von den Teilnehmer/innen selbst getragen werden. Falls eine andere Unterkunft als die Übernachtung in der Turnhalle gewünscht wird, muss selbstständig dafür gesorgt werden.

**Meldeschluss: 18.11.2016**

### **Anmeldung:**

Ausschließlich für beide Module über die ÖFT-Meldeplattform <https://oeft.navportal.at/anmeldung/> oder via E-Mail an [franziska.rath@oeft.at](mailto:franziska.rath@oeft.at) bis spätestens 18.11.2016!

**Hinweis:** Bei schriftlicher Stornierung bis zum Meldeschluss wird keine Stornogebühr verrechnet. Bei unentschuldigtem Fernbleiben vom Kurs oder bei Storno nach Meldeschluss wird die gesamte Meldegebühr in Rechnung gestellt. Eine Ersatzperson kann ohne Mehrkosten gemeldet werden.

### **Teilnehmeranzahl:**

Mindestens 8 Teilnehmer/innen (bei geringerer Teilnehmeranzahl kann der ÖFT den Kurs absagen)

### **Weitere Ausbildungen:**

ÖFT-Übungsleiterkurse bilden in allen Turnsportarten den Einstieg in das qualifizierte und strukturierte Ausbildungssystem. Im inhaltlichen Anschluss werden vom ÖFT, gemeinsam mit den Sportakademien des Bundes (vormals BAfL), die staatlich anerkannten Instruktor- und Trainerausbildungen organisiert. ÖFT-Übungsleitern wird zur Vertiefung des Kenntnis- und Wissensstandes, im Anschluss an ihre Basisausbildung, die Teilnahme an einem Lehrwartekurs empfohlen.

### **Haftung und Versicherung:**

Es wird jedem Teilnehmer dringend empfohlen, eine adäquate Unfall-Zusatzversicherung abzuschließen. Der ÖFT als Kursveranstalter übernimmt keinerlei Haftung irgendwelcher Art. Erkundigen Sie sich über eine Versicherungsmöglichkeit bei Ihrem Verein oder beim ÖFT.

### **Nähere Infos:**

ÖFT-Zentrale 1040, Schwarzenbergplatz 10, Tel: 01 505 51 79-11, [franziska.rath@oeft.at](mailto:franziska.rath@oeft.at)

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer/innen und wünschen eine erfolgreiche Ausbildung!

ÖSTERREICHISCHER FACHVERBAND FÜR TURNEN

Prof. Friedrich Manseder, eh  
Präsident

Mag. Robert Labner, eh  
Generalsekretär

Mag. Ingrid Hemedinger, eh  
Sportdirektorin