



Leitung:
Dir. Prof. Mag. Dr. Oliver Bachmann
Fürstenweg 185
A-6020 Innsbruck
www.bsapa.at/innsbruck



Österreichische Instruktor/innen-Ausbildung

Abteilungsvorstand:

Mag. Michael Mayrhofer

Sekretariat:

Stefanie Perkmann

Telefon:

+43 512 31 2000 310

E-Mail:

stefanie.perkmann@bspa.at

LVID 22535

April 2025

Ausschreibung zur Ausbildung von Instruktor*innen für SKILANGLAUF 2025/26

Ausbildungsleitung

Raphael BECHTIGER MEd BSc, Bundessportakademie Innsbruck, E-Mail: raphael.bechtiger@bspa.at

Fachverband

Österreichischer Skiverband (ÖSV), Olympiastraße 10, 6020 Innsbruck, Tel.: +43 (0) 512/33501-0,
E-Mail: info@oesv.at

Mag. Andreas SCHNITZER, E-Mail: andreas.schnitzer@bspa.at

Ausbildungsziel

Am Ende der Ausbildung ist der*die Teilnehmer*in in der Lage das erworbene sporttheoretische & - praktische Wissen in die athletische Grundausbildung, sowie in die Trainingspraxis umzusetzen, Trainingseinheiten im Nachwuchs(leistungs)- & Breitensport systematisch zu planen und pädagogisch-methodisch wirkungsvoll anzuleiten. Ziel ist das Hinleiten zu einem selbstständigen Führen und Betreuen von Trainingsgruppen in Vereinen.

Ausbildungsaufbau

Es werden athletische Inhalte im Nachwuchs- & Breitensport in Theorie und Praxis, sowie sportpädagogische & -psychologische Grundlagen von den Experten/innen der BSPA unterrichtet. Trainer/innen des Fachverbandes unterrichten das spezifische Konditions- & Techniktraining der Sportart in Theorie und Praxis. Die Lerninhalte werden im Wechsel von verschiedenen Lehr- und Lernformen in Theorie und Praxis erarbeitet, gefestigt und vertieft.

Ausbildungsinhalte

- Sportpädagogische, -psychologische und ethische Grundlagen für den Trainingsbetrieb
- Angewandte Trainings- & Bewegungslehre in Theorie und Praxis
- Trainingseinheiten zur Verbesserung der Konditionellen & Koordinativen Fähigkeiten, sowie sportmotorischer Fertigkeiten
- Methodischer Aufbau aller Schrittartern in Klassisch- und Skatingtechnik von Grobform zur Feinform in Theorie und Praxis (Skiroller & Ski)
- Technikanalyse der Schrittartern Klassisch und Skating in Theorie und Praxis (Skiroller und Ski)
- Unterschiedliche Trainingsmethoden auf Skiroller und Ski mit entsprechender Intensitätsgestaltung in Theorie und Praxis
- Technikschiulung in Form von Gruppentrainings und Individualtrainings

Ausbildungstermine

Eignungsprüfung	bis 02.11.2025	Upload des Eignungsprüfungsvideos
1. Kursteil	24.11.-29.11.2025	Innsbruck (BSPA-Teil)
2. Kursteil	14.12.-17.12.2025	Seefeld/Leutasch (Ski I)
3. Kursteil	10.03.-14.03.2026	Seefeld (Ski II)
4. Kursteil	10.05.-13.05.2026	Seefeld (Roller)
Abschlussprüfung	12.05.-13.05.2026	Seefeld/Innsbruck

Genauere Information zur Eignungsprüfung und der Ausbildung erfolgt nach dem Anmeldeschluss. An allen Ausbildungstagen besteht Anwesenheitspflicht. Die tägliche Unterrichtszeit ist grundsätzlich im Zeitraum von 8.00 bis 19.00 Uhr.

Anmeldung und Aufnahmebedingungen

Online-Anmeldung über die Webpage der Bundessportakademie Innsbruck:

Anmeldebeginn: 05.05.2025

Anmeldeschluss: **14.09.2025 verlängert bis 28.09.2025**

Voraussetzungen:

- ☐ Der*Die Aufnahmewerber*in muss im Jahr der Abschlussprüfung das **18. Lebensjahr** vollendet haben.
- ☐ **Ärztliche Bestätigung**, welche zum Zeitpunkt der Abgabe des Eignungsprüfungsvideos **nicht älter als 6 Monate** ist (siehe Homepage). Diese **muss** mit dem Eignungsprüfungsvideo hochgeladen werden.
- ☐ Überweisung des **Lehrmittelbeitrages (siehe Kurskosten)** gleichzeitig mit der Anmeldung.
- ☐ Bestehen der **Eignungsprüfung**.

DIE ANMELDUNG IST NUR GÜLTIG WENN ALLE GEFORDERTEN UNTERLAGEN UND DER LEHRMITTELBEITRAG EINGELANGT SIND!

Eignungsprüfung

Bis 02.11.2025 ist für die Eignungsprüfung ein(!) Video mit unten genannten Anforderungen hoch zu laden:

Der Upload-Link dafür wird nach dem Anmeldeschluss an die Teilnehmer*innen versendet.

Techniküberprüfung aller aktuellen Langlauftechniken auf Skiroller (mit Technikwechsel und Geländeanpassung):

- a) Feinform der klassischen Langlauftechniken (Diagonalschritt; Doppelstockschub ohne & mit Zwischenschritt)
- b) Feinform der Skatingtechniken: (2/1 asymmetrisch bzw. Führarmtechnik; 2/1 symmetrisch bzw. Armschwungtechnik; 1/1 Skatingtechnik mit Doppelstockschub auf jeden Beinabstoß)
- c) Umtreten und Richtungsänderungen im Abfahren

Anrechnung der Eignungsprüfung: Sportler*innen die in den letzten 5 Jahren dem ÖSV oder einem Landeskader (LSV für mindestens 4 Jahre) für Skilanglauf angehört haben, werden von der Eignungsprüfung befreit. Eine Bestätigung vom Fachverband ist vorzulegen (bei der Anmeldung hochzuladen).

Kurskosten und Unterkunft

Die Teilnahme am Lehrgang ist kostenlos. Fahrt- und Aufenthaltskosten sowie Kosten für Kursmittel (Skripten) gehen jedoch zu Lasten der Teilnehmer*innen.

Überweisung des Betrages von € 120,-- **gleichzeitig mit der Anmeldung**

IBAN: **AT52 0100 0000 0541 0286**

BIC: **BUNDATWW**

Kontowortlaut: **Bundessportakademie Innsbruck**

Verwendungszweck: **IN SKILANGLAUF – 22535**

Bei rechtzeitiger Abmeldung (drei Wochen) vor Kursbeginn oder bei Nichtbestehen der Eignungsprüfung wird Ihnen die Einzahlung zur Gänze rücküberwiesen.

Für die Reservierung etwaiger Unterkünfte haben die Teilnehmer*innen selbst Sorge zu tragen.

Abschluss

Bis zur Abschlussprüfung

- ist eine Qualifikation im **Bereich „Erste Hilfe“** durch den erfolgreichen Abschluss eines den **Vorgaben bekannter Rettungseinsatzorganisationen** entsprechenden **Erste-Hilfe-Kurses** im Ausmaß von **mind. 6 Stunden** und **nicht älter als 5 Jahre** (gerechnet vom Ausbildungsbeginn) vorzulegen.
- ein **20-stündiges Praktikum** im Rahmen eines Vereins, einer Schwerpunktschule oder sonstiger Einrichtung zu absolvieren.

Abschlussprüfungen:

Mündliche Prüfungen in den Fächern	Praktische Prüfungen in den Fächern
Angewandte Trainingslehre	Spez. praktisch-methodische Übungen (Lehrauftritt)
Angewandte Bewegungslehre	Allg. praktisch-methodische Übungen (Lehrauftritt)
Sportbiologie	

Anrechnungen

Personen, die folgende Bedingungen erfüllen, können sich das BSPA Modul (Kursteil 1) anrechnen lassen:

- Abgeschlossene **Instruktor*innen- und/oder Trainer*innen-Ausbildung** an einer österr. BSPA (Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben!)
- **Abgeschlossenes Bachelorstudium Sportwissenschaft (oder höher)**
- **Abgeschlossenes Bachelorstudium Lehramt „Bewegung und Sport“ (oder höher)**
- **Abschluss einer Sportphysiotherapie**
(Nachweise über ein abgeschlossenes Studium bitte bei der Anmeldung hochladen!)

Die **mündlichen und praktischen Abschlussprüfungsfächer** (siehe Abschluss) werden nicht angerechnet und **müssen absolviert werden**.

Es werden **keine Anrechnungen** von **privaten Fitnessausbildungen oder anderen privaten Institutionen** vorgenommen.

Sonstiges

Teilnehmer*innen sind nach dem Schulunterrichtsgesetz mit Ausnahme der Eignungsprüfung unfall-
versichert, jedoch nicht krankenversichert.

Namens- bzw. Adressenänderungen sind umgehend im Sekretariat bekannt zu geben.

Für die BSPA:
Raphael BECHTIGER MEd BSc

Für den Verband:
Mag. Andreas SCHNITZER