



Holger Nowakowski  
Referent Aus- und Fortbildung

## **Ausschreibung C-Trainer Ausbildung 2012**

### **Voraussetzung zur Zulassung:**

- nachgewiesene Trainings- und Wettkampftätigkeit im Ringkampfsport
- Mitgliedschaft in einem Verein innerhalb des Ringerverbandes NRW e.V.
- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Erste Hilfe Kurs (§26 BGV A1) (nicht sofort Maßnahmen am Unfallort für Führerscheine)  
(5. Teil der Ausbildung)

**Lehrgangstermin:** 1. Teil: 20.04.2012 -22.04.2012

2. Teil: 27.05.2012 - 28.05.2012

3. Teil: 01.06.2012 - 03.06.2012

4. Teil: 15.06.2012 - 17.06.2012

5. Teil: 14.07.2012 - 15.07.2012

**Lehrgangskosten:** 90 Euro (Lehrgangskosten)  
+ 35 Euro (Erste Hilfe)  
+ 35 Euro (Lehrgangsbegleitende Literatur)  
160 Euro

**Lehrgangsorte:** 1. und 3 . Teil: Trainingszentrum des VFK Lünen-Süd  
Dammwiese 10  
44532 Lünen  
2. Teil: HR-Commitment Arena (ehem. TSV Sportcenter)  
An der Römerziegelei 1  
41539 Dormagen

Kontakt: mail: [h.nowakowski@web.de](mailto:h.nowakowski@web.de)  
mobil: 0172 2748303  
In der Dille 96  
59192 Bergkamen



Holger Nowakowski  
Referent Aus- und Fortbildung

4. Teil: Trainingszentrum der TSG Herdecke  
Goethestr. 14  
58313 Herdecke

5. Teil: Ostermannhalle / Mannesmannhalle  
Mannesmannstr. 8  
58452 Witten

### **Voraussetzung zur Lizenzerteilung:**

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Teilnahme an den 120 Unterrichtseinheiten des Ausbildungsganges
- erfolgreiche Teilnahme an einer schriftlichen Abschlussprüfung
- erfolgreiches Präsentieren einer Lehrprobe

### **Lehrgangsbegleitende Literatur:**

Borger, Maren et al.: Grundlagenbuch Ausbildung. 1. Lizenzstufe, Basiswissen für  
Übungsleiter / innen und Trainer / innen

Ruch, Lothar: Ringen, Reihe Leistungstraining Sport, Wiesbaden 2011

### **Übernachtung und Verpflegung:**

Da in diesem Jahr die Sportschule Hennef belegt ist, findet die Trainer Ausbildung in zentral gelegenen Trainingszentren statt. Es wird an den Freitagen und Samstagen (außer beim Dormagen Termin) jeweils eine warme Mahlzeit zur Verfügung gestellt. Kostenlose Übernachtung in den Trainingszentren auf der Matte ist möglich.

Kontakt: mail: [h.nowakowski@web.de](mailto:h.nowakowski@web.de)  
mobil: 0172 2748303  
In der Dille 96  
59192 Bergkamen



Holger Nowakowski  
Referent Aus- und Fortbildung

Übernachtungswünsche im Hotel sind möglich, aber nicht in den Lehrgangskosten  
inbegriffen.

Anmeldung bei:

Holger Nowakowski  
Referent für Aus- und Fortbildung

[h.nowakowski@web.de](mailto:h.nowakowski@web.de)

In der Dille 96  
59192 Bergkamen

Kontakt: mail: [h.nowakowski@web.de](mailto:h.nowakowski@web.de)  
mobil: 0172 2748303  
In der Dille 96  
59192 Bergkamen