

ÖFOL-Fortbildungsreihe Frühjahr 2024 (Version 1 – 12.02.2024)

Die Fortbildungsreihe setzt sich im Frühjahr 2024 fort, ab nun gibt es auch Bahnlegungsthemen. Die Fortbildungen richten sich an unterschiedliche Zielgruppen, wobei grundsätzlich immer alle Interessierte willkommen sind.

Programm:

Datum/ Ort	Thema	Vortragende:r/ Moderation	Zielgruppe	Details
17.01.24 20:00 Uhr online	Bahnlegungsseminar – Fokus Sprint	Matthias Leonhardt	(zukünftige) Bahnleger:innen, Trainingsleiter:innen	Seminar zur Bahnlegung im Sprint-OL, Anforderungen an eine gute Sprint-Bahn, Optimierungsmöglichkeiten, etc.
22.02.24 20:00 Uhr online	Austausch Persönliche Betreuer:innen	Karin und Matthias Leonhardt	Aktuelle PB sowie zukünftige PB	Intervision zwischen den PB sowie Austausch über das Techniktraining Details
28.02.24 20:00 Uhr online	Low Energy Availability / Relatives Energiedefizit	Astrid Mathy (LSA)	Kaderathlet:innen, Hobbyathlet:innen, Interessierte	Folge-Fortbildung Zyklus (aus 2023): <ul style="list-style-type: none"> • Mediales Interesse/Tabu Thema Zyklus - Umgang damit • Wissenschaftliche Datenlage vs. Praktische Anwendung zu Menstruationszyklusorientiertem Training • Female Athlete Triade - LEA - RED's - Unterschied? • RED's Symptome Erkennen • Auswirkungen von geringer Energieverfügbarkeit und auf Körperzusammensetzung und Knochenmasse Details & Anmeldung
14.03.24 20:00 Uhr online	Bahnlegungsseminar – Fokus Wald	Gernot Ymsén	(zukünftige) Bahnleger:innen, Trainingsleiter:innen, Interessierte	Seminar zur Bahnlegung im Wald: <ul style="list-style-type: none"> • Worauf kommt es bei Mittel- und Langdistanz an? • Herangehensweisen internationaler Bahnleger • Regeln - Guidelines von IOF und WO Paper • Beispiele und Reflektionen der Teilnehmer:innen Details & Anmeldung
08.04.24 20:00 Uhr online	Prävention im Sport	Gudrun Englmaier, Armin Raderbauer	Betreuer:innen, Trainer:innen, Funktionär:innen	Gewaltformen im Sport, 100% Sport, Schutzkonzept des ÖFOL und Unterstützungsmöglichkeiten Details & Ausbildung
14.05.24 20:00 Uhr online	Kartenzeichnen für Einsteiger:innen	Nicolas Kastner	Kartenzeichner:innen, Interessierte	Basiskarten für das Kartenzeichnen, erste Schritte beim Erstellen von OL-Karten, Basiswerkzeuge beim Kartenzeichnen Details & Anmeldung
17.-19.5. 2024 Präsenz, vorrass. KTN	Fortbildungs- wochenende Kartenzeichnen für Fortgeschrittene	Luděk Krticka, Robert Ditz	Erfahrene Karten- zeichner:innen, Expert:innen	Das Wochenende wird voraussichtlich in Kärnten stattfinden. Details folgen so bald als möglich. Achtung: Unterkunft & Verpfleg- ungskosten! Fahrtgeldzuschuss wahrscheinl. Details & Anmeldung
31.05.24 Innsbruck Präsenz	Kick-Off Teams/Referate Tba – noch offen	Thomas Radon	Mitarbeitende in den Teams/Themen Interessierte	Infos folgen
Vorschau/ Ideen Herbst	<ul style="list-style-type: none"> • Wintertraining • Bahnlegungsseminar – Fokus Routenwahlen, Fokus Abwechslung in einer OL-Bahn • Einheit mit Tove Alexandersson • Fortbildung Ski-O/MTBO • Ernährung im Sport 			

Teilnahme: Um die Attraktivität an einer Weiterbildung im österreichischen OL-Sport zu erhöhen, ist die Teilnahme an den Fortbildungen für alle Mitglieder eines österreichischen OL-Vereins weiterhin größtenteils (wenn nicht anders angegeben) kostenlos.

Anmeldung: über ANNE (Anmeldeschluss beachten!). Die Links für die Online-Meetings werden kurz vor Beginn der Einheit auf ANNE online gestellt.

Fragen/Rückmeldungen zum Fortbildungsprogramm können gerne an ausbildung@oefol.at gerichtet werden.

Der ÖFOL freut sich auf spannende Fortbildungen und hofft auf eure Teilnahme!

12.02.2024, FK

