

Ausbildungsstruktur und Ausbildungsweg Skilanglauf

Vorbereitung
(fakultativ)

Kurs Club Assistenzleiter Swiss Ski	3 Tage
---	--------

Grundausbildung

J+S-Leiterkurs 6 Tage	Modul Einführung in J+S für SSBS-Instruktoren und ausl. Trainer/innen 2 Tag	Modul Einführung in J+S für Absolventen ab Modul Methodik SSSA 1 Tag
--------------------------	--	---

Weiterbildung 1



Pflicht-Module	Wahl-Module Allround	Wahl-Module Wettkampf	Diverse Module
Methodik 6 Tage	Modul Fortbildung 1-2 Tage	Kondition 2 Tage	Modul Fortbildung SSSA 1-2 Tage
	Animation (Ski-Cross / Fun Parc / Spielformen) 2 Tage	Koordination 3 Tage	Einführung Telemark 3 Tage
	Update klassische Technik 2 Tage	Psyche 2 Tage	Winter-Triathlon 3 Tage
	Update Skating 2 Tage	Coaching 1-2 Tage	MTB-O / Ski-OL 2 Tage
	Videoeinsatz im Schneesport 3 Tage	Biomechanik 1 Tag	Schneesport mit Behinderten 2-4 Tage
		Biathlon 3 Tage	Skateboard, Inlineskate und Rollski 2 Tage
			Interdisziplinäre Module

Weiterbildung 2



Technik 6 Tage

Spezialisierung



Expertenausbildung	
Expertenkurs 1. Teil (Grundlagen) 3 Tage	Expertenkurs 2. Teil (Praxiseinsatz) 6 Tage
Expertenfortbildung	
Zentralkurs 2-3 Tage	

Trainerausbildung
Trainerausbildung Swiss-Ski

Ausbildungsweg zum J+S-Experten: J+S-Leiterkurs → Methodik (6 Tage) → Technik (6 Tage) →
Expertenkurs

Ausbildungsweg zum J+S-Trainer: J+S-Leiterkurs → Methodik (6 Tage) → Technik (6 Tage) →
Trainerausbildung Swiss-Ski (bestimmte Wahlmodule)