

MILA-Trainingsleiter wieder up to date

Unter der Leitung von Berni Litscher haben die MILA-Trainingsleiter ihr Können und Wissen bezüglich Gestaltung, Inhalt und Nutzen der Trainings an praktischen Beispielen aufgefrischt und ihr Fachwissen erweitert.

Donnerstag, 19. Mai 2011 - von Felix Benz

Vor gut einem Jahr trafen sich die MILA-Trainingsleiter zu einer internen eintägigen Leiteraus- und Weiterbildung (siehe Berichte-Archiv 8. März 2010). Berni Litscher, der technische Leiter der MILA wie auch alle Teilnehmer an den MILA-Trainings stellten fest, dass sich die Trainings in der Folge bezüglich Qualität stark verbessert haben. Erfreulich und keine Selbstverständlichkeit ist auch, dass sich für die MILA-Trainings über 20 Mitglieder als Leiter zur Verfügung stellen und sich für diese wichtige Aufgabe gewissenhaft vorbereiten. Die ganze MILA darf stolz darauf sein!

Damit dieses Wissen und Können erhalten bleibt sowie die hohen Qualitätsansprüche in Sachen Trainingsumfang und Inhalt auch weiterhin erfüllt werden, hat Berni die Leiterinnen und Leiter jeweils nach den letzten drei Trainings zu Updates eingeladen. Mit wenig Theorie und vorallem vielen praktischen Beispielen und nützlichen Tipps wurden die folgenden Themen behandelt:

- Generelle Trainingsgestaltung (Aufwärmen/Einlaufen-Hauptteil-Abwärmen/Auslaufen)
- Koordination, Laufschule, Trainings auf der Rundbahn
- Lauftechnik, Allgemeine Hinweise

Dabei hatten die Teilnehmer der Updates jederzeit die Möglichkeit, Fragen zu stellen, Probleme zu diskutieren und Verbesserungsvorschläge einzubringen. Berni Litscher dankte zum Schluss der drei Updates seinen Leiterinnen und Leitern für die Bereitschaft zur Leitertätigkeit und wünschte allen viel Freude und Erfolg in den MILA-Trainings.

Berni leitete die drei Updates







Trainingsbeispiele



Rundbahntraining "im Modell"



MILA = Top-Trainings



Berni vor seiner Leitercrew



Auch in Sachen Technik gabs viel neues von Berni zu hören...



... und zu sehen



Anhand von "gestellten" Szenen wurden verschiedene Fehler oder



.... Mängel in der Lauftechnik gezeigt , welche die Leiter erkennen sollen.....



.....und nach Möglichkeit korrigiert werden, damit



.... dieses Resultat entsteht.

