



Berliner Tisch-Tennis Verband e.V. - Paul-Heyse-Str. 29 - 10407 Berlin

Berliner Tisch-Tennis Verband e.V.
Paul-Heyse-Str. 29
10407 Berlin (Prenzlauer Berg)

An
alle lizenzierten Trainer im BTTV
und interessierte Gäste

Tel. 030 / 8 92 91 76
Fax 030 / 8 92 11 37

Berlin, den 6. September 2016

Fortbildungen im Oktober und November 2016

Der Lehrausschuss bietet zum Jahresende zusätzliche Fortbildungen für interessierte Trainer und Interessierte an.

Allgemeine Informationen

Teilnehmeranzahl	Mindestens 10
Anmeldung	http://lehre.bettv.de/anmeldung-zu-veranstaltungen/
Kosten	12,50 Euro per Überweisung, Rechnung ist ggf. an den Verein weiterzureichen
Bezahlung	IBAN: DE96 1203 0000 10 20 0032 63 SWIFT / BIC: BYLADEM1001

Lernen im Flow - Tischtennis rasch und mit viel Spaß erlernen

PRAXIS

Anerkannte BTTV Fortbildung 07-2016		für B/C-Lizenz	
Datum	Di., 18.10.2016	Dozent	Moritz Förster (VDTT- und Buchautor)
Uhrzeit	16.00 – 19.00 Uhr	Ort	Sporthalle der SG Rotation Prenzlauer Berg, Zugang über Kopenhagener Str. 50, 10437 Berlin
Kosten	12,50 Euro	Hinweis	Für Theorie und Praxis vorbereitet sein

Thomas Tuchel schenkte dem Fußballer Henrik Mkhitarian vor der Saison 2015/16 das Buch "Inner Game of Tennis". Mkhitarian spielte anschließend eine überragende Saison. Gallwey, der das Buch in den 70er Jahren schrieb, war seiner Zeit weit voraus. Er erkannte, dass wesentliche Aspekte beim Erlernen und Koordinieren von Bewegungsabläufen a) der Fokus unserer limitierten bewussten Kapazitäten sowie b) unsere grundsätzliche Einstellung zu Spiel und Match und insbesondere die Fähigkeit des "geschehen Lassens" sind.

Gallwey unterscheidet zwischen Selbst 1, unserem bewussten und kontrollierenden Ich, sowie Selbst 2, den natürlichen im Nervensystem und Unbewussten gespeicherten Fähigkeiten. Wer lernt, Tischtennis zu spielen, der sollte: Seinem Selbst 2 vertrauen.

Schläge geschehen lassen, statt bestimmter Bewegungsmuster erzwingen wollen.

Sich selber nicht aufgrund erfolgreicher oder nicht erfolgreicher Schläge und Wettkämpfe beurteilen.

Gallweys Methode beruht darauf, dass wir so lernen, dass das Selbst 2 im Lernprozess die wesentliche Rolle einnimmt.

Schlagtechniken werden also nicht durch die bewusste Kontrolle der gesamten Schlagauführung während des zu erlernenden Schlages erlernt (was angesichts der sehr geringen Zeit, während der Schlagauführung ohnehin nicht

Ausrüster des BTTV



möglich ist). Stattdessen werden Techniken durch das Selbst 2 entdeckt. Für uns Trainer bedeutet dies, dass wir davon abkommen müssen, Lernenden unser Wissen über die Idealschläge im Detail zu beschreiben, um diesen eine bewusste Steuerung der beschriebenen Bewegung zu ermöglichen. Vielmehr geht es darum, Rahmenbedingungen und Ansätze so zu gestalten, dass die Lernenden "natürlich" und im "Flow" lernen können, ohne dass ihr Selbst 2 ungünstig während des Lernprozesses interveniert. Gallwey bietet Instrumente und Vorschläge, die heutzutage im Ansatz auch Eingang gefunden haben in viele andere sportwissenschaftliche Lerntheorien und -methoden (z.B. differenzielles Lernen, externaler Fokus, Ballschule).

In dieser Fortbildung werden wir diskutieren und dann in praktischen Beispielen selber ausprobieren, wie wir es als Trainer Lernenden ermöglichen können, durch die "Methode Gallwey" Tischtennis rasch und mit viel Spaß zu erlernen.



Kooperation Verein-Verband Praxisbeispiele und Trainingsübungen zur Spielsystementwicklung

Fortbildung des hauptverantwortlichen Trainers des BTTV, Christian Helm und A-Lizenz Trainer Jan von Kap-herr zur Verzahnung der Entwicklung von SpielerInnen zwischen Verein und Verband in dem es um Praxisbeispiele und Trainingsübungen zur Spielsystementwicklung gehen wird.

Anerkannte BTTV Fortbildung 08-2016			für B/C-Lizenz
Datum	Fr., 04.11.2016	Dozent	Christian Helm und Jan von Kap-herr (A-Lizenz)
Uhrzeit	18.00 – 21.00 Uhr	Ort	Wird noch bekannt gegeben
Kosten	12,50 Euro	Hinweis	

Verbindliche Anmeldungen nur online unter
<http://www.bettv.de/lehre/informationen/anmeldung-zu-veranstaltungen/>

Sebastian Bosse
BTTV – Referent für das Lehrwesen
E-Mail: sebastian.bosse@bettv.de



Ausrüster des BTTV

