

Neue C-Trainerin beim LAV-Rheine

Am vergangenen Wochenende hat Charlotte Determann in Kamen/Kaiserau erfolgreich ihre Prüfung zur DLV Lizenz-Trainerin C abgelegt. Seit drei Jahren betreut sie, zusammen mit Ruth Göcke, die Kindergruppe der Neun- bis Elfjährigen. 2015 begann sie dann mit der Trainerausbildung. In mehreren Blockseminaren baute sie ihr Know-How für die Ausführung technischer Disziplinen, das sie auch zuvor durch ihre eigene aktive Laufbahn gewinnen konnte, aus. Zudem erlernte sie Übungen und Methoden, um die jungen Sportler mit diversen Disziplinen fachgerecht vertraut zu machen. „Als gute Trainerin muss ich nicht bloß die Technik beherrschen, sondern auch wissen, wie ich die Athleten auf komplizierte Bewegungsabläufe vorbereite. Dazu gehört unter anderem die gezielte Planung jeder Trainingseinheit. Vor allem bei den jungen Sportlern ist es wichtig, die Grundlagen für die Jugend zu schaffen.“, sagt Determann.

Die 18-Jährige Charlotte Determann reiht sich damit in die gut aufgestellte Trainerriege des LAV Rheine ein. Neben den drei A- und B-Lizenzinhabern ist sie eine der nun sieben C-Lizenztrainer, die die verschiedenen Gruppen leiten.

