

## Warum solltest Du dabei sein?

- ☞ Du knüpfst neue Kontakte
- ☞ Dein Selbstvertrauen und deine Führungskompetenzen werden gefördert
- ☞ Du wirst aktives Mitglied in einem Sportverein
- ☞ Du erhältst eine Qualifizierung im Sport
- ☞ Du kannst im Anschluss an die Ausbildung eine ehrenamtliche Tätigkeit mit einer Aufwandsentschädigung im Verein übernehmen
- ☞ Du ermöglichst als Trainer\*In anderen Menschen aus unterschiedlichen Kulturen den Zugang zu Bewegungsangeboten im Sportverein

## Hast Du noch Fragen? So erreichst Du uns:

E-Mail: [sport-im-quartier@dksb-ruesselsheim.de](mailto:sport-im-quartier@dksb-ruesselsheim.de)

### Ansprechpartner in den Quartieren:



**Stadtteiltreff Dicker Busch**  
Mareike Claus  
Evreuxring 14a  
65428 Rüsselsheim am Main  
Telefon: 06142 - 5 22 02



**Stadtteilverein Dicker Busch**  
Julian König  
Miriam Greiner  
Virchowstraße 23,  
65428 Rüsselsheim am Main  
Telefon: 06142 - 942 264



**Koordinierungsstelle für Gemeinwesenarbeit in der Innenstadt**  
Nicole Bender  
Marktstr. 10-14,  
65428 Rüsselsheim am Main  
Telefon: 06142 - 171 596



**Nachbarschaftstreff Q17 im Berliner Viertel**  
Tobias Rübsamen  
Samira Hammoudi  
Berliner Platz 17,  
65428 Rüsselsheim am Main  
Telefon: 06142 - 120 2300



**Nachbarschafts- und Familienzentrum Böllensee**  
Ute Hollingshaus  
Böllenseeplatz 14,  
65428 Rüsselsheim am Main  
Telefon: 06142 - 9 42 36 49



**Magistrat der Stadt Rüsselsheim am Main**  
Fachbereich Soziales und Gesundheit  
Carola Schindelar  
Telefon: 06142 - 83 2384

## Interkulturelle Trainer\*Innen Ausbildung in Rüsselsheim



**Treibst Du gerne Sport und möchtest  
gerne Trainer\*In werden?**

**Super! Sei dabei!**

## Wir suchen Dich

- ☞ Du möchtest Dich persönlich weiterentwickeln und suchst nach einer neuen Aufgabe?
- ☞ Du hast Freude an Bewegung und kannst Dir vorstellen, selbst eine Sportgruppe im Verein anzuleiten?
- ☞ Du lebst in Rüsselsheim und möchtest Dich für diese Aufgabe qualifizieren?

### Mach mit

Die Quartiersmanager\*Innen, die Stadt Rüsselsheim am Main und das Programm „Integration durch Sport“ der Sportjugend Hessen bilden Dich als Trainer\*In im Breitensport aus. Im Ausbildungslehrgang wirst Du qualifiziert, Unterrichtsstunden zu planen und durchzuführen, mit dem Ziel Breitensportgruppen im Verein zu leiten.

Nach erfolgreicher Teilnahme an den Ausbildungslehrgängen, erhältst Du die C-Lizenz des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

### Wir begleiten Dich

Vor, während und nach der Ausbildung steht Dir unser Team mit Rat und Tat zur Seite. Wir helfen Dir, erste Kontakte zu Sportvereinen zu knüpfen. Erfahrene Trainer\*Innen unterstützen Dich im Verein bei Deinen ersten Schritten als Trainer\*In.

### Mehr Informationen unter:

☞ <https://www.sportjugend-hessen.de/integration/uebungsleiterausbildungen-fuer-migrantinnen/>

☞ [https://dksb-ruesselsheim.de/?page\\_id=1474](https://dksb-ruesselsheim.de/?page_id=1474)



## Die Ausbildung

### Sportorientiertes Sprachtraining

- ☞ Fachbegriffe im Sport kennen, verstehen und anwenden
- ☞ Bewegungen und Übungen beschreiben
- ☞ Vor einer Gruppe stehen und sprechen
- ☞ Körperhaltung und Stimmtraining

### Vorbereitungskurs

- ☞ Rolle der Sportassistent\*In und Rolle der Trainer\*In
- ☞ Sport- und Bewegungserfahrung sammeln (z. B. kleine Spiele, Freizeitsport, Tanzen)
- ☞ Was ist ein Sportverein und wie kann man mitmachen?
- ☞ Anleiten von Übungen und Spielen

### Du lernst in dem Ausbildungslehrgang:

- ☞ verschiedene Spiel- und Übungsformen in der Sportpraxis (z. B. kleine Spiele, Gymnastik u.v.m.) kennen
- ☞ die Planung und methodische Durchführung von Übungsstunden
- ☞ die Grundlagen der Trainings- und Bewegungslehre
- ☞ biologische Grundkenntnisse zum Muskel- und Skelettsystem
- ☞ Struktur und Organisation von Sportvereinen
- ☞ Rechts- und Versicherungsfragen
- ☞ soziale Kompetenzen

## Das Angebot

- ☞ Qualifizierung im und durch Sport an 16 Wochenenden verteilt auf 1 Jahr
- ☞ Erste-Hilfe-Kurs
- ☞ Bei Bedarf Kinderbetreuung
- ☞ Start im Frühjahr 2022

## Das brauchst Du

- ☞ Teilnahme an allen Ausbildungsabschnitten
- ☞ Mindestalter 18 Jahre (zum Zeitpunkt des Erwerbs der Lizenz)
- ☞ Mitgliedschaft in einem Sportverein
- ☞ Ärztliches Attest zur Bescheinigung der Sporttauglichkeit
- ☞ Bereitschaft nach Abschluss der Ausbildung im Verein tätig zu werden

**Falls Du dabei Hilfe benötigst,  
oder Dir davon etwas fehlt, sprich uns an!  
Wir unterstützen Dich.**