

Ausbildungsordnung

DFV Curriculum

Stand: 15. Dezember 2025



Inhaltsangabe

1	Impressum	4
2	Vorwort	5
3	Ausbildung	6
3.1	Allgemeine Rahmenbedingungen	6
3.2	Ausbildungsstruktur	7
3.3	Organisationsform.....	7
3.4	Dauer der Ausbildung	7
3.5	Fort- und Weiterbildung.....	8
3.6	Ausbildungsziele	8
3.6.1	Ausbildung Lizenzstufe DOSB-C - Breitensport (Frisbeesport)	8
3.6.2	Ausbildung Lizenzstufe DOSB-C - Leistungssport.....	8
3.6.3	Ausbildung Lizenzstufe DOSB-B - Leistungssport.....	9
3.7	Didaktisch-methodische Grundsätze.....	10
3.7.1	Umgang mit Verschiedenheit/Geschlechtsbewusstheit (Gender Mainstreaming, Diversity Management).....	10
3.7.2	Zielgruppenorientierung/Verein als Handlungsort	10
3.7.3	Erlebnis-/Erfahrungsorientierung und Ganzheitlichkeit	11
3.7.4	Handlungsorientierung	11
3.7.5	Prozessorientierung.....	11
3.7.6	Teamprinzip	12
3.7.7	Reflexion des Selbstverständnisses.....	12
3.8	Lehrmaterialien	12
3.9	Qualitätssteuerung.....	13
3.10	Ausbildungsorganisation.....	13
3.10.1	Zulassungsvoraussetzungen	14
3.10.2	Lehrkräfte/Personalentwicklung	14
3.10.3	Anerkennung anderer Ausbildungsgänge	15
4	Lizenzordnung.....	16
5	Prüfungsordnung.....	17
5.1	Prüfungsinhalte	18
5.1.1	Prüfung zur Lizenzstufe DOSB-C	18

6	Ausbildungsordnung	20
6.1	Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Basislehrgang (60 UE).....	21
6.2	Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Frisbeesport (60 UE).....	23
6.3	Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Ultimate Frisbee (60 UE).....	25
6.4	Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Discgolf (60 UE).....	27
	Anhang: mögliche Lehrprobenthemen	29

1 Impressum

Herausgeber:

Deutscher Frisbeesport-Verband e.V.,
Geschäftsstelle Martinusstr. 9, 50765 Köln

Redaktion:

Kommissarischer DFV-Vorstand Bildung und Wissenschaft: Jörg Benner,
Lehrkommission Rainer Beha, Anja Folberth, Holger Hill, Christian Lamred,
Ralf Simon, Harald Skomroch

Richtlinien zur Ausbildung

Diese Richtlinien beziehen sich auf die Lehrgänge für die Ausbildung des Deutschen Frisbeesportverbands zum:

- Lizenzstufe DOSB-C, Breitensport
- Lizenzstufe DOSB-C, Ultimate Frisbee Leistungssport
- Lizenzstufe DOSB-C, Discgolf Leistungssport

Anmerkung

Der „Deutsche Olympische Sportbund“ wird im weiteren DOSB, der „Deutsche Frisbeesport-Verband“ wird im weiteren Verlauf DFV genannt.

2 Vorwort

Die sportlichen Leistungen von Sportler*innen werden weitgehend vom Wissen der Trainer*innen in Theorie und Praxis und von deren Vermittlungskönnen bestimmt. Der Deutsche Frisbeesport-Verband (DFV) schafft durch die Einrichtung von Ausbildungslehrgängen für Trainer*innen die entsprechenden Voraussetzungen.

Trainer*innen müssen in der Lage sein, Frisbeesportler*innen so auszubilden, dass diese Freude im Breitensport erleben und im Leistungsvergleich auf nationaler sowie besonders auch auf internationaler Ebene bestehen können. Dabei kommt es sowohl darauf an, ein fundiertes und umfassendes Wissen auf Basis wissenschaftlichen Hintergrunds zu erlangen, als auch im Trainingsalltag dieses Wissen umsetzen zu können.

Seit dem Jahr 2015 bildet der DFV Trainer*innen aus. Im Jahr 2021 hat der Landessportbund Brandenburg diese Ausbildung als Landeslizenz anerkannt. Jetzt im Jahr 2025, nach der zum 1.1.2025 erfolgten Aufnahme des DFV als Mitgliedsorganisation des DOSB, kommt es zu einer weiteren Anpassung der Richtlinien zur Ausbildung, um einerseits der Entwicklungsgeschwindigkeit des technisch-taktisch-konditionellen Leistungsstandes gerecht zu werden und andererseits den Leitbildern des Deutschen Olympischen Sportbundes DOSB und der Deutschen Sportjugend dsj zu entsprechen sowie neue, zeitgemäße Erkenntnisse zu integrieren.

Für die Vermittlungskompetenz von Trainer*innen ist es von entscheidender Bedeutung sowohl fachspezifisches Können als auch soziale Kompetenz zu erlangen (siehe Abschnitt 3.6, Didaktisch-Methodische Grundsätze). Sie müssen sich bei ihrer Vermittlungstätigkeit auch den gegebenen bzw. wechselnden Anforderungen der Lern-, Lehr- und Trainingspraxis im Kinder- / Jugendtraining bzw. im Erwachsenentraining anpassen können.

Die Ausbildung soll Trainer*innen befähigen, zur Persönlichkeitsbildung junger Menschen beizutragen und damit der Verantwortung des Sports in der Jugendarbeit gerecht zu werden, gemäß den Vorgaben an Wertevermittlung wie von der dsj empfohlen.

Im Frisbeesport ist der Fairplay-Gedanke von hervorgehobener Bedeutung, gemäß dem sogenannten Spirit of the Game, der ein selbstreguliertes Spielen in allen Frisbeesportarten vorsieht und ermöglicht. Trainer*innen und Sportler*innen müssen in ihrer Ausbildung erfahren, welches Verhalten von einem*r fairen Sportler*in gefordert wird, und diese Erkenntnisse in ihre Tätigkeit in hohem Masse einfließen

lassen. Sie müssen sich zum Spirit of the Game bekennen und verpflichtet sein, den Spirit und die Fairness zu lehren.

Der DFV hat mit den Richtlinien zur Trainer*innen-Ausbildung einen Orientierungsrahmen gegeben. Diese Richtlinien müssen in regelmäßigen Abständen an den Gegebenheiten der Leistungsentwicklung und den Erkenntnissen im sozialen und organisatorischen Sporttreiben gemessen und gegebenenfalls modifiziert werden. Der DFV betrachtet die Ausbildung als eine Pflicht gegenüber seinen Vereinen.

3 Ausbildung

3.1 Allgemeine Rahmenbedingungen

Die C-Lizenz-Ausbildung umfasst insgesamt 120 Lerneinheiten, die in zwei Wochenkursen durchgeführt werden: dem Basislehrgang und dem Aufbaulehrgang. Die Durchführung erfolgt grundsätzlich in Präsenzform.

Der Basislehrgang kann alternativ auch in Form von drei Wochenendkursen absolviert werden. In diesem Format werden einzelne Theorieeinheiten bereits am Freitagnachmittag online durchgeführt, während die Praxis- und Präsenzanteile am Samstag und Sonntag stattfinden.

Die Gruppengröße liegt in der Regel bei 15 bis 20 Teilnehmenden, um eine individuelle Betreuung und aktive Beteiligung zu gewährleisten.

Voraussetzungen für den Erwerb der C-Lizenz sind ein Mindestalter von 16 Jahren, die Teilnahme an allen Präsenzterminen sowie das Bestehen einer schriftlichen Klausur und einer praktischen Lehrprobe.

Die Lehrgangsorte verfügen typischerweise über einen ausreichend großen und belüftbaren Seminarraum mit Sitzgelegenheiten und Beamer sowie Flipchart, die mit ihrer technischen Ausstattung Präsentationen, Videoanalysen und Gruppenarbeiten ermöglichen. Idealerweise sind weiteren kleiner Räumlichkeiten vorhanden, die die Möglichkeit zur getrennten Kleingruppenarbeit bieten. An Sportflächen sind eine Dreifachhalle sowie einen Sportplatz mit Kunst- oder Naturrasen vorgesehen. Eine Cateringmöglichkeit sorgt für die Verpflegung der Teilnehmenden; die Unterbringung erfolgt in der Regel in Mehrbettzimmern vor Ort.

Zur Qualitätssicherung werden die Lehrgänge nach Abschluss des Basis- und Aufbaukurses evaluiert. Außerdem erfolgen regelmäßige Aktualisierungen der

Ausbildungsinhalte und Lehrmaterialien, um die Ausbildung kontinuierlich weiterzuentwickeln.

3.2 Ausbildungsstruktur

Entsprechend der Rahmenstruktur des DOSB werden im Bereich des DFV Lizenzen in zwei Stufen* vergeben:

	Trainerinnen / Trainer Breitensport (Frisbeesport)	Trainerinnen / Trainer Leistungssport (Ultimate Frisbee)	Trainerinnen / Trainer Leistungssport (Discgolf)	Trainerinnen / Trainer Leistungssport (Freestyle)
A+- Lizenz beim DOSB		perspektivisch	perspektivisch	
A-Lizenz min. 90 UE		perspektivisch	perspektivisch	
B-Lizenz min. 60 UE	perspektivisch	In Planung	perspektivisch	
C-Lizenz min. 120 UE	DOSB-C Breitensport (Frisbeesport) in Planung	DOSB-C Leistungssport (Ultimate Frisbee)	DOSB-C Leistungssport (Discgolf)	perspektivisch
	Für Trainer*innen: Anteil von 60 UE sportartübergreifender Basisqualifizierung			

*Mittelfristig sind eine differenziertere Struktur mit verschiedenen Profilen und eine Ausbildung zur Lizenzstufe DOSB-A geplant.

3.3 Organisationsform

Eine Unterrichtseinheit (UE) dauert 45 Minuten.

Zur Organisation der Ausbildungsmaßnahmen sind Abend-, Wochenend-, Tages-, und Wochenlehrgänge oder Kombinationen der verschiedenen Lehrgangsformen möglich.

3.4 Dauer der Ausbildung

Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb einer Lizenz müssen grundsätzlich innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein.

3.5 Fort- und Weiterbildung

Mit dem Erwerb einer Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Die Inhaber*innen einer Trainerlizenz des DFV bilden sich regelmäßig fort. Dies geschieht entweder durch den Erwerb der nächsthöheren Lizenzstufe oder durch eine Fortbildungsmaßnahme (15 UE) in der jeweiligen Ausbildungsstufe. Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die niedrigere Lizenzstufe.

Mit den Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen werden u.a. folgende Ziele verfolgt:

- Ergänzung und Vertiefung der bisher vermittelten Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten
- Aktualisierung des Informationsstandes und der Qualifikation
- Erkennen und Berücksichtigen von Weiterentwicklungen des Sports und der Sportwissenschaften

3.6 Ausbildungsziele

Übergeordnetes Ausbildungsziel ist der Gedanke des Spirit of the Game. Des Weiteren liegen den Ausbildungszielen des DFV die (sport-) wissenschaftlichen Erkenntnisse über den langfristigen Trainingsprozess von Anfänger*innen bis zu Könnern*innen zu Grunde. Dieser orientiert sich an den jeweiligen altersspezifischen Bedingungen sowie an der davon abgeleiteten Einteilung der Altersklassen für den Wettkampfbetrieb.

3.6.1 Ausbildung Lizenzstufe DOSB-C - Breitensport (Frisbeesport)

Die Ausbildung soll die Absolventen und Absolventinnen dazu befähigen, den Anforderungen im Trainings- und Spielbereich unter breitensportlichen Gesichtspunkten gerecht zu werden. Insbesondere sollen solche Aktivitäten im Kinder- und Jugendalter, aber auch im Erwachsenenbereich vorgestellt werden, die dazu dienen, den Spaß und die Freude am Sport im Allgemeinen und am Sportgerät Frisbee im Besonderen zu gewährleisten.

3.6.2 Ausbildung Lizenzstufe DOSB-C - Leistungssport

Der*die Trainer*in mit Lizenzstufe DOSB-C - Leistungssport soll in der Lage sein, Training vor allem im Grundlagen- und Aufbaubereich zu planen, durchzuführen und zu bewerten. Er*sie soll die Grundlagen zum Erlernen und Ausführen der spezifischen Disziplin vermitteln können. Im Schwerpunkt soll er*sie sich vermehrt mit

altersspezifischen Fragestellungen von Kindern und Jugendlichen auseinandersetzen und mit leistungsorientierten Grundlagen als Grundstein im langfristigen Trainingsprozess befassen.

In den Ausbildungslehrgängen sollen die Absolventen und Absolventinnen dazu ausgebildet werden, den Trainings- und Wettkampfbetrieb zu planen und durchzuführen. Neben der Vermittlung von wissenschaftlichen Hintergrundinformationen sollen die Trainingsinhalte der Anfängerschule bis zum Fortgeschrittenen dargestellt werden. Insbesondere Problematiken der Altersstufen “Kinder und Jugendliche” werden erarbeitet.

In Hinblick auf die persönlichen und sozial-kommunikativen Kompetenzen soll der*die Trainer*in in die Lage versetzt werden, Teilnehmer*innen zu motivieren. Dies basiert auf der Kenntnis und Berücksichtigung der Interessen und Erwartungen der Gruppenmitglieder. Der*die Trainer*in hat die Fähigkeit zur Selbstreflexion und ist sich seiner/ihrer Vorbildfunktion und Verantwortung bewusst.

Weiterhin erwirbt der*die Trainer*in eine Reihe von Fachkompetenzen. Diese bestehen unter anderem in den Grundkenntnissen zur Planung, Gestaltung und Organisation von Sport- und Bewegungseinheiten oder anderer Vereinsaktivitäten. Dazu kennt der*die Trainer*in die Grundregeln im Bereich von Sicherheit und Aufsicht. Er*sie kann einfache Bewegungsabläufe erklären, beobachten und entsprechende Korrekturen geben und verfügt über ein Basisrepertoire an Spiel- und Übungsformen.

Nicht zuletzt erhält der*die Trainer*in Einblick in verschiedene Methoden- und Vermittlungskompetenzen, sodass er*sie im Anschluss an die Ausbildung einzelne Vermittlungsmethoden und ihre Anwendungsfelder kennt und damit entsprechend in der Lage ist, die Sport- und Bewegungseinheiten oder andere Vereinsaktivitäten abwechslungsreich und passend zum jeweiligen Klientel zu planen und durchzuführen. Dazu hat er*sie Grundkenntnisse im Einsatz von Sportgeräten.

3.6.3 Ausbildung Lizenzstufe DOSB-B - Leistungssport

Der Ausbildungslehrgang beschäftigt sich mit der Weiterführung der Inhalte aus der Lizenzstufe DOSB-C. Ein Schwerpunkt soll der Bereich der Talentsuche, -sichtung und -förderung im nationalen wie internationalen Trainings- und Wettkampfsystem darstellen. Des Weiteren soll der*die Trainer*in mit Lizenzstufe DOSB-B dazu in der

Lage sein Vereinstraining von leistungsorientierten Mannschaften und/oder das Training von Talentgruppen zu leiten.

3.7 Didaktisch-methodische Grundsätze

Als oberster didaktisch-methodischer Grundsatz gilt die Teilnehmer*innen-Orientierung und Transparenz der Ausbildung. Das bedeutet zunächst, die Auswahl der Themen und Vermittlungsmethoden orientiert sich an den Interessen, Bedürfnissen, Kenntnissen, Kompetenzen und Erfahrungen der Teilnehmenden. Unter Berücksichtigung dessen erfolgt die inhaltliche Schwerpunktsetzung schließlich im Rahmen der konzeptionellen Grundlagen der jeweiligen Qualifizierungsmaßnahme. Dazu sind Reflexionsprozesse notwendig, für die bei der Vorbereitung der Lehrgangsgestaltung genügend Zeit einzuplanen ist. Weiterhin müssen die Ziele, Inhalte und Arbeitsweisen/Methoden der Ausbildung für die Teilnehmenden grundsätzlich transparent sein.

3.7.1 Umgang mit Verschiedenheit / Geschlechtsbewusstheit (Gender Mainstreaming, Diversity Management)

Teilnehmer*innen-orientierte Bildungsarbeit schließt den bewussten Umgang mit Vielfalt und Verschiedenheit von Menschen z. B. in Bezug auf Geschlecht/Gender, Nationalität, ethnische Zugehörigkeit, religiöse Überzeugung, Behinderung, sexuelle Orientierung etc. mit ein. Das Lehrteam hat dazu erforderliche Rahmenbedingungen und ein Klima der Akzeptanz zu schaffen, in dem Verschiedenheit als Bereicherung empfunden wird. Als übergeordnete Dimension von Verschiedenheit muss Teilnehmer*innen-orientierte Bildungsarbeit vor allem „geschlechtsbewusst“ sein, also die besonderen Sozialisationsbedingungen, Fähigkeiten, Interessen und Bedürfnisse von Mädchen/Frauen, Jungen/Männern sowie diversen geschlechtlichen Identitäten im Blick haben. Je nach Ziel und inhaltlicher Notwendigkeit kann das Lernen und Erleben deshalb sowohl in gemischtgeschlechtlichen als auch in gleichgeschlechtlichen Gruppen stattfinden. Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung gleichberechtigter Teilhabemöglichkeiten und Bildungschancen für alle Teilnehmenden.

3.7.2 Zielgruppenorientierung/Verein als Handlungsort

Im Fokus aller zu behandelnden Themen stehen einerseits die Lebens- und Bewegungswelt der zu betreuenden Zielgruppe und andererseits die speziellen

Rahmenbedingungen für die Arbeit im jeweiligen Verein. Ein enger Bezug zur realen Situation soll eine möglichst unmittelbare Umsetzung des Gelernten in die Praxis ermöglichen.

3.7.3 Erlebnis-/Erfahrungsorientierung und Ganzheitlichkeit

Die Vermittlung der Inhalte erfolgt erlebnis-/erfahrungsorientiert und ganzheitlich. Durch die Wahl der Inhalte und Methoden werden verschiedene Erfahrungs-, Lern- und Erlebnisweisen angesprochen, was gewährleistet, dass Lernen nicht nur über den Kopf geschieht. Die Wahl unterschiedlicher Methoden, die jeweils verschiedene Sinneskanäle ansprechen (z. B. visuelle, akustische, taktile), soll den unterschiedlichen Lerntypen und ihrer primären Art, Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten, gerecht werden. Qualifizierungsangebote im Sport zeichnen sich durch einen gezielten Wechsel von Theorie- und Praxiseinheiten sowie einen flexiblen Umgang mit Anspannung und Entspannung, Bewegung und Ruhe aus.

3.7.4 Handlungsorientierung

Erlebnisse in Bildungsprozessen können durch gezielte Reflexionen zu individuellen Erfahrungen werden, die die Teilnehmenden später in die Gestaltung ihrer eigenen Praxis einfließen lassen können. Am schnellsten und nachhaltigsten wird dabei durch Selbsttätigkeit gelernt („learning by doing“). Es gilt also, im Rahmen der Ausbildung regelmäßig Situationen zu schaffen, in denen die Teilnehmenden möglichst viel selbst gestalten und ausprobieren können. Dies bezieht sich sowohl auf die Arbeitsweisen im Lehrgang (z. B. Kleingruppenarbeit, Unterrichtsversuche, selbstständige Ausarbeitung von Themen/ „selbst organisierte Lerneinheiten“) als auch auf das Ausprobieren und Umsetzen des Gelernten im Verein (z. B. durch „Hausaufgaben“, Erprobungsaufträge, Vereinslehrproben und -projekte).

3.7.5 Prozessorientierung

Ebenso wie Bildungsprozesse selten geradlinig verlaufen, sollte auch die Bildungsarbeit Unsicherheiten und Widerstände, Umwege und Fehler zulassen. Auch das Ungewohnte und Widersprüchliche führt zu Erkenntnis- und Lernfortschritten. Zugleich sollten soziale Interaktionen, z. B. Gruppenarbeiten, elementarer Bestandteil sein, um den Austausch unterschiedlicher Meinungen und Sichtweisen zu begünstigen. Eine Orientierung am Lerntempo und Interessen sowie Bedürfnissen der Teilnehmenden macht eine relativ offene, prozesshafte Lehrgangsplanung

erforderlich. Der Lehrgangsverlauf entwickelt sich dann aus dem Zusammenwirken von Lehrgangsgruppe und Lehrteam im Rahmen der Ausbildungskonzeption mit ihren vorgegebenen Zielen und Inhalten.

3.7.6 Teamprinzip

Prozessorientierte Arbeitsweisen erfordern ein Lehrteam, das die gesamte Ausbildung kooperativ und gleichberechtigt leitet, die Teilnehmenden in ihren Lernprozessen und Entwicklungen begleitet und die Planung und Durchführung der Unterrichtsversuche, Lehrproben oder Vereinsprojekte berät und betreut. Die kontinuierliche Lehrgangsleitung hat Vorbildfunktion und ist sowohl als Prinzip für gleichberechtigte Kooperation und kollegialen Austausch als auch als Modell für eine moderne, teamorientierte Arbeit im Verein zu verstehen. Einem Lehrteam sollten grundsätzlich Frauen und Männer angehören.

3.7.7 Reflexion des Selbstverständnisses

Bildung ist ein reflexiver Prozess. Deshalb muss das permanente Reflektieren von Erlebnissen und Erfahrungen, Fähigkeiten und Kenntnissen auf die eigene Person zum Arbeitsprinzip werden. Die individuelle Interpretation von Begriffen wie Sport, Leistung, Gesundheit, Geschlecht u. a. m. fördert eine aktive Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Verständnisweisen einschließlich der Ausprägung einer individuellen, reflektierten Haltung.

3.8 Lehrmaterialien

Für die Durchführung der Ausbildung stehen den Referent*innen und Teilnehmenden umfassende und praxisorientierte Lehrmaterialien zur Verfügung. Diese stehen im zentralen internen Cloudspeicher des DFV allen Lehrteam-Mitgliedern zur Verfügung. Somit ist sichergestellt, dass bei verschiedenen Kursen und verschiedenen Referent*innen die gleichen Inhalte gelehrt werden.

Theorieeinheiten:

Zur Gestaltung der theoretischen Ausbildungsinhalte werden Power-Point-Präsentationen mit integriertem Foto- und Videomaterial eingesetzt. Diese Präsentationen enthalten ergänzende Notizen mit weiterführenden Informationen und Hinweisen für die Referent*innen. Darüber hinaus kommen Moderationskoffer,

Plakate und weitere Materialien für Gruppen- und Diskussionsaufgaben zum Einsatz, um eine abwechslungsreiche und interaktive Wissensvermittlung zu gewährleisten.

Praxiseinheiten:

Zu jeder Praxiseinheit stehen detaillierte Stundenverlaufspläne zur Verfügung, die durch Anhänge mit präzisen Darstellungen zum Aufbau und Ablauf der einzelnen Übungen ergänzt werden. Zur Durchführung wird ein Materialkoffer bereitgestellt, der sämtliche benötigten Sportgeräte umfasst.

Unterlagen für Teilnehmende:

Alle Teilnehmenden erhalten zu Beginn der Ausbildung einen Ausbildungsordner mit Handouts zu sämtlichen Theorie- und Praxiseinheiten. Diese Unterlagen dienen der Vorbereitung, Begleitung und Nachbereitung der Ausbildung und bieten Raum für persönliche Notizen. Ergänzend wird auf relevante Leitlinien und weiterführende Materialien verwiesen, beispielsweise auf die Orientierungshilfe „*Safe Sport – Rechtliche Fragen zum Schutz vor Gewalt*“.

3.9 Qualitätssteuerung

Die Strukturqualität der Ausbildung wird durch das Ausbildungskonzept selbst und seine Weiterentwicklung gemäß Rahmenrichtlinien des DOSB sichergestellt. Zur Steuerung und Sicherstellung der Qualität der Durchführung sind einheitliche Lehrmaterialien erarbeitet (siehe oben). Somit ist sichergestellt, dass bei verschiedenen Kursen und verschiedenen Referent*innen die gleichen Inhalte gelehrt werden. In Bezug auf die Ausstattung der Lehrgangsorte wurden vom DFV Mindestanforderungen formuliert (z.B. Raumangebot, Qualität der Sportflächen, Verfügbarkeit von Medien, vgl. Abschnitt, 3.1), welche nicht unterschritten werden sollten.

Eine Überprüfung der Rahmenbedingungen erfolgt nach jedem durchgeführten Lehrgang durch eine anonymisierte statistische Auswertung der Prüfungsergebnisse sowie durch ein anonymisiertes Feedback, das über standardisierte Rückmeldebögen eingeholt und mithilfe einer Statistik-Software ausgewertet wird.

3.10 Ausbildungsorganisation

Der Ausbildungsträger der zwei Ausbildungsstufen von Lizenzstufe DOSB-C bis Lizenzstufe DOSB-B ist der DFV. Die Ausbildungslehrgänge werden ausgeschrieben

und in der Regel am Anfang des Jahres über die DFV-Webseite veröffentlicht. Die Teilnehmer*innen richten ihre Anmeldung direkt an den DFV.

3.10.1 Zulassungsvoraussetzungen

Bei den Voraussetzungen wird unterschieden zwischen den Kriterien der Zulassung zur Ausbildung, denjenigen der Zulassung zur Prüfung und denjenigen einer Lizenzierung.

Zulassungsvoraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

- a) Mitgliedschaft in einem Sportverein des Landessportbunds oder einem Frisbeesport-Verein,
- b) Mindestalter 16 Jahre.

Zulassungsvoraussetzungen für das Ablegen der Prüfung

- a) Anerkennung des DOSB-Ehrenkodex für Trainer*innen,
- b) durchgängige Präsenz und Mitwirkung während der gesamten Ausbildung (es gilt eine Kulanzregelung von max. 10% Fehlzeit). Bei vier oder mehr versäumten Unterrichtseinheiten muss eine schriftliche Ausarbeitung über wenigstens 2 Din-A4-Seiten über die versäumten Inhalte erfolgen.

Voraussetzungen für die Lizenzierung

- a) Erfolgreiches Ablegen der Prüfung
- b) Nachweis eines Erste-Hilfe-Lehrgangs, nicht älter als zwei Jahre,
- c) weitere in der aktuellen Ausschreibung genannte Erfordernisse.

Zur Erlangung einer Lizenz muss der Teilnehmer*innen mindestens 18 Jahre alt sein. Zur Teilnahme an der Ausbildung zur C-Lizenz ist ein Alter von 16 Jahren zulässig.

3.10.2 Lehrkräfte/Personalentwicklung

Mitglieder des zentralen Lehrteams des DFV und/oder vom*von der zuständigen Ressortleiter*in berufene Trainer und Trainerinnen mit Lizenzstufe DOSB-C sowie für das Themengebiet besonders ausgewiesene Spezialist*innen, z.B. Sportwissenschaftler*innen. Die Lehrkräfte des Lehrteams bilden sich regelmäßig mind. einmal jährlich fort.

Die weitere Personalentwicklung wird insbesondere durch die Ansprache potenzieller neuer Referent*innen aus dem Kreis der Absolvent*innen gewährleistet. Diese werden bei den regelmäßigen Lehrteamtreffen sowie per Hospitation eingearbeitet. Während der Lehrgänge findet ein Monitoring durch erfahrene Lehrteamer*innen statt.

Das Verfahren, wie Referent*innen Teil des Lehrteams werden, umfasst Bewerbung, Auswahlprozess und Hospitationen. Die Kompetenzanforderungen sind wie bereits erwähnt idealerweise wenigstens eine C-Lizenz sowie nachweisbares Fachwissen in bestimmten Bereichen (z. B. Ultimate Frisbee, Discgolf, Freestyle Frisbee, DDC, allgemeine Kenntnisse zu einzelnen Frisbeesportarten oder sportwissenschaftliche Themen) sowie Interesse und Freude an Wissenstransfer.

Zur Absicherung der Qualität wird eine Person aus dem DFV-Lehrteams als Qualitätsmanager*in beauftragt. Diese stellt im Rahmen des Qualitätsmanagements sicher, dass DFV-Lehrgänge ein gutes Lern- und Ausbildungsumfeld bieten, dass die Lehrenden zum pädagogischen Arbeiten und zu aktuellen didaktischen Methoden qualifiziert sind, sowie dass die didaktisch-methodischen Grundsätze mit einer Abwechslung von Lehrmethoden und Medien umgesetzt werden. Dazu dient insbesondere die Zufriedenheits-Evaluierung der Teilnehmenden mit einem ausführlichen Feedback-Fragebogen zur Qualität der jeweiligen Lehrveranstaltung (s. dazu auch Abschnitt 3.9 Qualitätsteuerung).

3.10.3 Anerkennung anderer Ausbildungsgänge

Die Anerkennung anderer Ausbildungsgänge ist auf Antrag möglich und wird jeweils von der Lehrkommission des DFV geprüft und entschieden. Unter anderem wären folgende Anerkennungen möglich:

Für Absolventen und Absolventinnen von sportpädagogischen Ausbildungsinstitutionen können Ausbildungsteile anerkannt werden (Sportwissenschaftliche Institute, Sportakademien, DSHS Köln, Lehrendenfortbildungen). Anträge auf Anrechnung von Ausbildungsteilen sowie Anerkennung der gesamten Ausbildung sind an den DFV zu richten. Grundlage zur Erteilung von Lizenzen sind die Lizenzordnung sowie die Prüfungsordnung des DFV.

4 Lizenzordnung

1. Eine erworbene Lizenz ist vom DFV ausgestellt. Sie ist im Gesamtbereich des DFV gültig.
2. Eine Fortbildung von mindestens 15 UE erfolgt
 - nach Erwerb der Lizenzstufe DOSB-C innerhalb von 4 Jahren
 - nach Erwerb der Lizenzstufe DOSB-B innerhalb von 4 Jahren
3. Der DFV bietet eine oder mehrere Fortbildungsmaßnahmen an. Bei Erwerb einer nächsthöheren Lizenzstufe verlängern sich automatisch die niedrigeren Lizenzstufen.
4. Verstößt ein Trainer oder eine Trainerin schwerwiegend gegen die Ordnungen des DFV oder der Vereine, kann ihm*ihr die Lizenz entzogen werden.
5. Die Teilnahme am Lehrgang zur Lizenzstufe DOSB-C ist ab einem Alter von 16 Jahren zulässig. Die Lizenzstufe DOSB-C wird frühestens nach Vollendung des 18. Lebensjahres erteilt. Die Lizenzstufe DOSB-B wird frühestens nach Vollendung des 20. Lebensjahres erteilt.
6. Eine Lizenz kann nur erteilt werden, wenn der*die Bewerber*in Mitglied eines Vereins im DFV ist.
7. Zwischen den Ausbildungslehrgängen 1 und 2 der Ausbildungsstufe Lizenzstufe DOSB-C - Leistungssport oder Lizenzstufe DOSB-C - Breitensport sowie aller weiteren Ausbildungsstufen sollten mindestens 12 Monate liegen. Diese sollen dazu genutzt werden, die erworbenen Kenntnisse in der Praxis zu vertiefen und somit im frischepraktischen Bereich zu reifen.
8. Ist eine Lizenz aufgrund einer Überschreitung der Fortbildungspflicht erloschen bzw. ungültig, kann sie gemäß den folgenden Abstufungen wieder aktiviert werden.
 - A. Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 LE um drei Jahre verlängert.
 - B. Fortbildung im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um vier Jahre verlängert.

C. Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre: Für solche Fälle wird auf Nachfrage ein „Wiedereinstiegs-Programm“ mit einem Umfang von 45 LE angeboten. Alternativ ist im Einzelfall die Notwendigkeit einer Wiederholung der gesamten Ausbildung in Erwägung zu ziehen.

D. Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre: Die gesamte Ausbildung ist zu wiederholen.

5 Prüfungsordnung

1. Das Bestehen einer Prüfung ist neben der regelmäßigen Teilnahme der Unterrichtseinheiten die Grundlage für die Erteilung einer Lizenz. Die bestandene Prüfung ist der Nachweis dafür, mit der im jeweiligen Ausbildungsgang erworbenen Qualifikation im entsprechenden Einsatzgebiet tätig werden zu dürfen.
2. Die Prüfung gilt als Nachweis der Lehr- und Tätigkeitsbefähigung. In einer Prüfung müssen nachgewiesen werden:
 - die Lehrbefähigung in einer Lehrprobe
 - die theoretischen Kenntnisse in schriftlicher oder mündlicher Form
 - die frisbeepraktischen Fähigkeiten
3. Die Prüfung zu der jeweiligen Lizenz wird im Einzelnen durch die Prüfungsinhalte festgelegt. Ergebnisse in Einzelbereichen können schon im Rahmen der Ausbildung geprüft und bei der abschließenden Prüfung berücksichtigt werden.
4. Die Zulassung zur Prüfung erfolgt, nachdem die Teilnahme an allen Ausbildungsteilen nachgewiesen wurde.
5. Zur Prüfung müssen von dem*der Bewerber*in die Prüfungsunterlagen beim DFV eingereicht werden. Dies sind für die Prüfung zur Lizenzstufe DOSB-C:
 - Nachweis des Basislehrgangs und Aufbaulehrgangs
 - Zwei Passfotos
 Lizenzstufe DOSB-B:
 - Nachweis der Lizenzstufe DOSB-C
6. Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt. Die Kommission wird vom DFV benannt und besteht aus mindestens zwei

Personen mit der Lizenzstufe DOSB-C. Die Prüfungskommission lässt den*die Bewerber*in nach Einsicht der Prüfungsunterlagen zur Prüfung zu.

7. Die Prüfung wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet. Die Prüfung für die Trainer*innen-Lizenz ist bestanden, wenn jeder einzelne Prüfungsteil bestanden wurde. Eine „nicht bestandene“ Prüfung kann einmal wiederholt werden. Termin und Ort der Wiederholung bestimmt die Prüfungskommission. Bei Nichtteilnahme an Prüfungen aus Krankheitsgründen kann die Prüfungskommission neue Termine festsetzen.
8. Die Prüfungskommission bewertet folgende Aspekte der Lehrbefähigung:
 - Gesamtauftreten und Gesamteindruck
 - Didaktische Überlegungen
 - Methodische Entscheidungen und Folgen
 - Angemessenheit und Attraktivität der Übungs- oder Spielformen
 - Bezug zum Thema
 - Durchführung
 - Organisation
 - Position zur Gruppe
 - Ansprache und Motivation
 - Verwendung methodischer Hilfsmittel (z.B. Tafel, Pylonen)
 - Korrekturen
 - Konkretheit
 - Bezug zum Thema
 - Reflexion

5.1 Prüfungsinhalte

5.1.1 Prüfung zur Lizenzstufe DOSB-C

Die Prüfung für die Lizenzstufe DOSB-C besteht aus einer Lehrprobe (ca. 20 Minuten), einer Theorieprüfung in offenen Fragestellungen (schriftlich oder mündlich) und einer Demonstrationsprüfung.

Zur Lehrprobe legt der*die Kandidat*in ein schriftliches Konzept (Verlaufsplan und Planungsüberlegungen) vor, dessen Umfang zwei Seiten (DIN A4) nicht überschreitet. Als Thema wird ein Schwerpunkt am Ende des Aufbaulehrgangs zugelost. Im Verlauf der Lehrgänge werden von den Teilnehmenden immer wieder kleinere Micro Teaching Einheiten angeleitet und gemeinsam mit den Referent*innen reflektiert, um sich auf die Lehrprobensituation vorzubereiten.

In der Theorieprüfung werden die Inhalte aller Module vorausgesetzt. Es werden Fragen zu den verschiedenen Themenkomplexen gestellt. Grundlagen sind die Inhalte der Lehrgänge und im Verlauf angegebene Literatur. Ein Teilbereich gilt als bestanden, wenn mindestens die Hälfte der erreichbaren Punkte erreicht wurde. Im Vorfeld und auch während der Prüfungslehrgänge haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Theorieinhalte vertieft und eigenständig zu wiederholen und zu verinnerlichen.

In der Demonstrationsprüfung für die Lizenzstufe DOSB-C - Breitensport werden je zwei Rückhand, Vorhand und Up-Side-Down Würfe gezeigt.

In der Demonstrationsprüfung für die Lizenzstufe DOSB-C - Ultimate Frisbee wird eine Komplexübung z.B. „Schwedisch Warmlaufen“ geprüft.

In der Demonstrationsprüfung für die Lizenzstufe DOSB-C - Discgolf werden auf zwei unterschiedlichen Bahnen je ein Abwurf, Annäherungswurf und Putting-Wurf gezeigt.

Bereits früh im Verlauf der Lehrgänge wird auf diese Anforderungen hingewiesen und die Teilnehmenden können sich eigenständig darauf vorbereiten.

6 Ausbildungsordnung

Lizenz	Module	Unterrichtseinheiten (UE)
Lizenzstufe DOSB-C Frisbeesport (Breitensport)	Gesamt Aufbaulehrgang Basislehrgang	120 60 60
Lizenzstufe DOSB-C Ultimate Frisbee (Leistungssport)	Gesamt Aufbaulehrgang Basislehrgang	120 60 60
Lizenzstufe DOSB-C Discgolf (Leistungssport)	Gesamt Aufbaulehrgang Basislehrgang	120 60 60

Die Basislehrgänge zur Lizenzstufe DOSB-C sind in allen drei Bereichen identisch und vermitteln allgemeine sportartübergreifende Inhalte. Die Aufbaulehrgänge vermitteln tiefergehende disziplinspezifische Inhalte.

6.1 Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Basislehrgang (60 UE)

Theorie	38	UE
Lehrgangseinführung und Reflexion	2	UE
Bewegungslehre	4	UE
Motorisches Lernen	1	UE
Beweglichkeitstraining	1	UE
Koordination und Vielseitigkeit	1	UE
Bewegungsanalyse und Feedback	1	UE
Trainingslehre	5	UE
Einführung in die Trainingswissenschaft	1	UE
Trainingsplanung und -steuerung	2	UE
Trainingsorganisation	1	UE
Aufbau einer Trainingseinheit	1	UE
Sportbiologie und Sportmedizin	12	UE
Training mit Kindern - Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit	2	UE
Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen	2	UE
Verletzungsprävention und Aufwärmen	1	UE
Regeneration und Abwärmen	1	UE
Energiebereitstellung	1	UE
Grundlagen der Ernährung	1	UE
Sportverletzungen u. Erste Hilfe	1	UE
Bewegungsapparat und Anpassung	2	UE
Herz-Kreislauf- System und Anpassung	1	UE
Sportorganisation und aktuelle Themen	9	UE
Sinn im Sport	2	UE
Betreuung und Recht	1	UE
Prävention und Intervention sexualisierte Gewalt	2	UE
Spirit im Frisbeesport	2	UE
Organisationsstrukturen im Sport	1	UE

Vereine und Verbände	1	UE
Pädagogik - Didaktik, Methodik	6	UE
Pädagogische Grundlagen	1	UE
Lernen und Motivation	1	UE
Grundlagen der Kommunikation	2	UE
Coaching	1	UE
Spielgenetisches Konzept	1	UE
Praxis	22	UE
Spieleformen	13	UE
Spiele zum Werfen und Fangen	1	UE
Frisbeespiele im Gelände	2	UE
Wettkampfspiele	2	UE
Zielwurfspiele	1	UE
Frisbeespiele für Draußen und Drinnen	2	UE
Spielgenetisches Konzept (Entwicklung, Planung und Durchführung von Zielspielen und Teamspielen)	5	UE
Technik	3	UE
Scheibengewöhnung	1	UE
Werfen und Fangen	2	UE
Angewandte Trainings- und Bewegungslehre	6	UE
Aufbau und Durchführung einer Trainingseinheit	1	UE
Spielerisches Krafttraining	1	UE
Krafttraining und Körperstabilisierung	1	UE
Allg. Koordinationstraining im Frisbeesport	1	UE
Fehlererkennung und Korrektur	2	UE
Gesamt	60	UE

6.2 Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Frisbeesport (60 UE)

Theorie	30	UE
Lehrgangseinführung und Reflexion	2	UE
Lehrproben und Prüfung	5	UE
Bewegungslehre	2	UE
Koordinationstraining - Koordinative Fähigkeiten	2	UE
Trainingslehre	3	UE
Beweglichkeitstraining	1	UE
Krafttraining mit Kindern	2	UE
Sportorganisation und aktuelle Themen	2	UE
Prävention und Intervention sexualisierte Gewalt	1	UE
Vereine und Schule	1	UE
Theorie und Regelkunde	12	UE
Disc Golf	2	UE
Ultimate Frisbee	2	UE
Double Disc Court (DDC)	1	UE
Freestyle	2	UE
Field Events	1	UE
Goaltimate	1	UE
Discathon	1	UE
Guts	1	UE
Can-Jam	1	UE
Pädagogik - Didaktik, Methodik	4	UE
Grundlagen der Kommunikation	2	UE
Sinnperspektiven im Sport (Betreuen, Fördern und Fordern)	1	UE
Verhalten von Coaches	1	UE
Praxis	30	UE
Spiel- und Wettkampfformen	25	UE
Field Events	2	UE

Disc Golf	3	UE
Double Disc Court (DDC)	2	UE
Ultimate Frisbee	3	UE
Guts	2	UE
Freestyle	10	UE
Goaltimate	1	UE
Discathon	1	UE
Can-Jam	1	UE
Technik	2	UE
Werfen über längere Distanzen	1	UE
Feedback - Werfen und Fangen	1	UE
Angewandte Trainings- und Bewegungslehre	3	UE
Beweglichkeitstraining	1	UE
Laufschule ABC	1	UE
Spielerisches Krafttraining	1	UE
Gesamt	60	UE

6.3 Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Ultimate Frisbee (60 UE)

Theorie	30	UE
Lehrgangseinführung und Reflexion	2	UE
Lehrproben und Prüfung	5	UE
Bewegungslehre	1	UE
Wahrnehmung im Sport	1	UE
Trainingslehre	3	UE
Anforderungsprofil Ultimate	1	UE
Koordinatives Anforderungsprofil	1	UE
Schnelligkeit	1	UE
Sportbiologie und Sportmedizin	1	UE
Belastungskomponenten	1	UE
Taktische Grundlagen und Methodik der Vermittlung	4	UE
Prinzipien Offense und Defense	1	UE
Taktiktraining	1	UE
Regelkunde - Methodik	2	UE
Sportorganisation und aktuelle Themen	4	UE
Umgang mit sexualisierter Gewalt	1	UE
Verein und Schule	1	UE
Veranstaltungen im Verein	1	UE
Ressourcenmanagement	1	UE
Pädagogik - Didaktik, Methodik	10	UE
Sinn im Sport	1	UE
Einführung in das Bausteinkonzept, Konzeption	2	UE
Vermittlung im Sportspiel	1	UE
Übungen erstellen	1	UE
Kommunikation und Feedback	2	UE
Verhalten von Coaches	1	UE

Teambuilding	1	UE
Spirit im Ultimate	1	UE
Praxis	30	UE
Taktik	2	UE
Positioning	1	UE
Dump und Swing	1	UE
Technik	7	UE
Werfen und Fangen	2	UE
Cutting Technik	1	UE
Marking	1	UE
Lauf-ABC	1	UE
Luftduelle	1	UE
Layouts	1	UE
Angewandte Trainings- und Bewegungslehre	21	UE
Bausteinkonzept (Bausteine 1-10)	16	UE
Wahrnehmung und Interaktion im Ultimate	1	UE
Schnelligkeitstraining	1	UE
Koordinationstraining im Ultimate	1	UE
Ultimate spezifisches Aufwärmen	1	UE
Übungen erstellen und durchführen	1	UE
Gesamt	60	UE

6.4 Inhalte Lizenzstufe DOSB-C Aufbaulehrgang Discgolf (60 UE)

Theorie	37	UE
Lehrgangseinführung und Reflexion	2	UE
Lehrproben und Prüfung	5	UE
Bewegungslehre	3	UE
Technikleitbild (Drive)	2	UE
Bewegungsanalyse und Fehlerkorrektur	1	
Trainingslehre	3	UE
Koordinatives Anforderungsprofil	1	UE
Wahrnehmung im Sport	1	UE
Mentales Training	1	
Sportbiologie und Sportmedizin	3	UE
Belastungskomponenten	1	UE
Kraft und Beweglichkeit (Verletzungsprophylaxe)	2	
Taktische und Technische Grundlagen und Methodik der Vermittlung	6	UE
Regelkunde Disc Golf	2	UE
Regelkunde - Methodik	1	UE
Windeinfluss, Geländeeinfluss	1	UE
Scheibenkunde	1	UE
Putttechniken	1	UE
Sportorganisation und aktuelle Themen	5	UE
Umgang mit und Prävention von sexualisierter Gewalt	1	UE
Aufbau der Disc Golf Abteilung im DFV	1	UE
Organisation von Turnieren	1	UE
Ressourcenmanagement	1	UE
Ein- und Ausblick in den Spitzensport	1	UE
Pädagogik - Didaktik, Methodik	10	UE
Sinn im Sport	1	UE
Trainingspraxis (Einheiten erstellen und durchführen)	2	UE

Anforderungsgerechte Übungsgestaltung	2	UE
Kommunikation und Feedback	2	UE
Verhalten von Coaches	1	UE
Teambuilding	1	UE
Spirit of the Game im Disc Golf	1	UE
Praxis	23	UE
Training und Wettkampf	5	UE
Verhalten auf dem Platz	1	UE
Kleine Spiele im Disc Golf	2	UE
Disc Golf in der Halle	1	UE
Flugprofil (Erkennen von Aufgabenstellung, Scheibenauswahl)	1	UE
Technik	8	UE
Approach	3	UE
Drive	2	UE
Putt	2	UE
Lauf-ABC	1	UE
Angewandte Trainings- und Bewegungslehre	10	UE
Durchführung einer Trainingseinheit	2	UE
Bewegungsanalyse und Fehlerkorrektur	1	UE
Disc Golf spezifisches Krafttraining	2	UE
Beweglichkeitstraining	1	UE
Koordinationstraining	1	UE
Lauf ABC	1	UE
Disc Golf spezifisches Aufwärmen	1	UE
Übungen erstellen und durchführen	1	UE
Gesamt	60	UE

Anhang A: Mögliche Themen der Lizenzprüfung zur Lizenzstufe DOSB-C Ultimate
Frisbee zur Prüfungsform Lehrprobe

1. Verbesserung Vorhand Inside
2. Verbesserung Vorhand Outside
3. Verbesserung Rückhand Inside
4. Verbesserung Rückhand Outside
5. Verbesserung/Einführung des Highrelease
6. Verbesserung/Einführung Scoober
7. Verbesserung des einhändigen Fangens von Tiefenwürfen
8. Verbesserung des einhändigen Fangens von Querpässen
9. Verbesserung des Umschaltens
10. Verbesserung der Marker*in-Bewegung
11. Verbesserung der Schnelligkeit (Spielform mit Scheibe)
12. Verbesserung des Flow
13. Verbesserung des Cut
14. Verbesserung Dump Swing
15. Verbesserung Positioning Defense
16. Verbesserung Positioning Offense
17. Verbesserung der Kommunikation auf dem Spielfeld (Spielform)
18. Verbesserung der Wahrnehmung (Spielform)

Anhang B: Mögliche Themen der Lizenzprüfung zur Lizenzstufe DOSB-C Discgolf
zur Prüfungsform Lehrprobe

1. Verbesserung Vorhand Anhyzer (auf Distanz)
2. Verbesserung Vorhand Hyzer (auf Distanz)
3. Verbesserung Rückhand Anhyzer (auf Distanz)
4. Verbesserung Rückhand Hyzer (auf Distanz)
5. Verbesserung Vorhand Anhyzer (zur Annäherung)
6. Verbesserung Vorhand Hyzer (zur Annäherung)
7. Verbesserung Rückhand Anhyzer (zur Annäherung)
8. Verbesserung Rückhand Hyzer (zur Annäherung)
9. Verbesserung der Länge von Distanzwürfen
10. Verbesserung der Länge von Annäherungswürfen
11. Verbesserung der Präzision von Distanzwürfen
12. Verbesserung der Präzision von Annäherungswürfen
13. Verbesserung der Präzision des Puttens
14. Verbesserung des Stands beim Putten
15. Verbesserung des Stemmschritts vor Backhand-Distanzwürfen
16. Verbesserung des „Follow through“ bei Backhand-Distanzwürfen
17. Verbesserung der Konzentration
18. Verbesserung der Wahrnehmung (Fokus auf Relevantes)