

Zeitplan LUXQF4 Ausbildung 2026

Titel	Datum	Uhrzeit	Ort
Einführung in die LUXQF4 Trainerausbildung / Anmeldungsprozedur	08.06.2026	18:30-20:30	Coque
Grundlagen des Tischtennisleistungssports (leistungsbestimmende Faktoren)	09.06.2026	18:30-21:30	Coque
Leistungssportförderung und Strukturen (Verein, Verband, international)	12.06.2026	18:30-21:30	Coque
Einführung in Balldynamik und Messverfahren + Biomechanische Grundlagen	19.06.2026	18:30-21:30	Coque
Schlagtechniken Grundlagen und Vertiefung	20.06.2026	9:00-12:00	Coque
Analyse und Korrektur	20.06.2026	13:00-16:00	Coque
Aufschlag- und Rückschlagtechnik	26.06.2026	18:30-21:30	Coque
Aufschlag- und Rückschlagtaktik	29.06.2026	18:30-21:30	Coque
Aufbau einer Einheit (fortgeschritten)	03.07.2026	18:30-21:30	Coque
Ziel-Inhalt-Methodenplanung	04.07.2026	9:00-12:00	Coque
Trainingsplanung und Periodisierung	04.07.2026	13:00-16:00	Coque
Materialspiel	06.07.2026	18:30-21:30	Coque
Übungskonstruktion 1 (Grundlagen)	10.07.2026	18:30-21:30	Coque
Übungskonstruktion 2 (Vertiefung)	11.07.2026	9:00-12:00	Coque
Taktische Grundlagen und Spielsysteme	11.07.2026	13:00-16:00	Coque
Balleimertraining	01.09.2026	18:00-21:00	INS
Beinarbeit und Position	03.09.2026	18:30-21:30	INS
Doppel und Mixed	09.09.2026	18:30-20:30	Coque
Grundlagen der TT-spezifischen Athletik	11.09.2026	18:30-21:30	INS
Schnelligkeit im TT	13.09.2026	9:00-12:00	INS
Kraft im TT	13.09.2026	13:00-16:00	INS
Wettkampfcoaching	18.09.2026	18:30-20:30	Coque
Vorbereitung theoretisches Examen	25.09.2026	18:30-20:30	Coque
Theoretisches Examen	02.10.2025	18:30-21:30	Coque

Allgemeiner Teil INAPS	Sportartübergreifende Kurse, die im INS durch das INAPS durchgeführt werden, individuelle Anmeldung
Praktischer Teil	Individuelle Festlegung von mehreren Hospitationen (Training + Wettkampf) + individuelle Projektarbeit
Praktische Prüfung	Individuelle Festlegung (normalerweise Dezember 2026)