

# Jugendleiter\*innen- Schulungsprogramm 2022

der JDAV Hessen



Jugend des Deutschen Alpenvereins  
Landesverband Hessen

## JUGENDLEITER\*INNEN-SCHULUNGEN

### DIE JUGENDLEITER\*INNEN-GRUNDAUSBILDUNG

Du willst dich in der JDAV engagieren und hast Lust, eine Kinder- oder Jugendgruppe zu leiten? Du bist offen für neue Blickwinkel? – Dann mach eine Ausbildung zur\*zum Jugendleiter\*in! Wir wollen, dass du nach der Grundausbildung bergsportliche und andere Aktivitäten mit der Gruppe verantwortungsvoll leiten kannst.

#### Jede Jugendleiter\*innen-Grundausbildung der JDAV:

- befähigt dich zum verantwortungsvollen Leiten einer Jugendgruppe im Rahmen deiner fachsportlichen und persönlichen Kompetenzen,
- zeigt dir, wie du bergsportlich und andere Aktivitäten anleiten kannst und
- erklärt dir die Struktur der JDAV und wie du dich beteiligen kannst.

### FORTBILDUNGEN

Als Jugendleiter\*in hast du eine jährliche Fortbildungspflicht. Du kannst aus einem breiten Spektrum an Fortbildungsangeboten wählen.

### VORAUSSETZUNGEN ZUR TEILNAHME

#### GRUNDAUSBILDUNG (GA)

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Zustimmung (Unterschrift) Jugendreferent\*in
- Erste-Hilfe-Nachweis, min. 9 Unterrichtseinheiten, nicht älter als zwei Jahre (bei Beantragung JL-Karte)
- Bereitschaft, sich mit pädagogischen Themen und dem eigenen Verhalten auseinanderzusetzen
- Je nach Aktionsfeld sportliche Vorkenntnisse

#### AUFBAUMODUL (AM)

- aktive\*r Jugendleiter\*in
- Zustimmung (Unterschrift) Jugendreferent\*in
- teilweise Fachkompetenz erforderlich

#### GRUNMODUL (GM) & FORTBILDUNG (FB)

- aktive\*r Jugendleiter\*in
- teilweise Fachkompetenz erforderlich

### ANREISE

Die Schulungen, sofern nicht anders angegeben, beginnen so, dass eine Anreise aus ganz Hessen an den Veranstaltungsort bzw. Treffpunkt bei Schulungen außerhalb Hessens am selben Morgen möglich sein sollte (also i.d.R. früher Vormittag). Dementsprechend enden Schulungen spätestens so, dass man innerhalb von Hessen am selben Tag abreisen kann.

# Schulungsprogramm 2022



Jugend des Deutschen Alpenvereins  
Landesverband Hessen

## SCHULUNGEN 2022

<b>Grundausbildung</b>			
GA 22-01	Jugendleiter-Grundausbildung 2022	Darmstadt & Alpen	<i>noch nicht bekannt</i>
<b>Aufbaumodul</b>			
AM 22-02	Sportklettern 1	Odenwald	<i>noch nicht bekannt</i>
<b>Grundmodule</b>			
GM 22-03	Hochtouren	Alpen	28.08. – 04.09.2022
GM 22-04	Skitouren	Alpen	10.02. – 13.02.2022
GM 22-05	Mehrseillängen	Alpen	<i>noch nicht bekannt</i>
GM 22-06	Mountainbiking	Mittelhessen	09.09. – 11.09.2022
<b>Fortbildungen</b>			
FB 22-07	Sichern und Stürzen Plus	Darmstadt	16.12. – 18.12.2022
FB 22-08	Höhlen für Fortgeschrittene	Frankenjura	16.06. – 19.06.2022
FB 22-09	Canyoning	JuBi Hindelang	24.06. – 27.06.2022
FB 22-10	Klettern + Yoga = Kletteryoga	Darmstadt	21.10. – 23.10.2022
FB 22-11	Grundkurs Fotografie	Darmstadt	30.04. – 01.05.2022
FB 22-12	Erste Hilfe Outdoor	Mittelhessen	15.07. – 17.07.2022

**ANMELDUNG:**  
**ab 28. August 2021 20 Uhr**  
**unter [www.jdav-hessen.de](http://www.jdav-hessen.de)**

---

## ZWEITEILIGE JUGENDLEITER\*INNEN- GRUNDAUSBILDUNG NATUR. BERG. ERLEBNIS

---

GA 22-01	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
Teil I	<i>noch nicht bekannt</i>	Urban – Darmstadt	225€	6
Teil II	<i>noch nicht bekannt</i>	Alpin – DAV-Hütte		

---

Du bist gerne mit anderen unterwegs und möchtest Verantwortung übernehmen? Du willst dich in der JDAV engagieren und hast Lust eine Kinder- oder Jugendgruppe zu leiten? Du bist offen für neue Blickwinkel?

Dann mach eine Ausbildung zur\*zum Jugendleiter\*in! Wir wollen, dass du nach der Grundausbildung bergsportliche und andere Aktivitäten mit der Gruppe verantwortungsvoll leiten kannst.

Das zentrale Merkmal dieser zweigeteilten Grundausbildung ist, dass Teil II wie eine reale Jugendgruppenausfahrt in die Berge gemeinsam mit allen Teilnehmern geplant und durchgeführt wird. Der Praxisbezug ist uns besonders wichtig! Diese GA ist besonders intensiv, da auch alle Planungsaufgaben zwischen den beiden Kursteilen durch die Gruppe erledigt werden müssen. Die Bereitschaft sich hier mit viel Engagement einzubringen und auch Verantwortung für die Gruppe zu übernehmen ist Grundvoraussetzung.

Es ist sehr wichtig, dass du dir (gemeinsam mit deinem\*deiner Jugendreferent\*in) genau überlegst, ob diese Grundausbildung für dich passt: Es geht nicht nur darum, dass wir gemeinsam unterwegs sein können, sondern wir wollen dich während der Jugendleiter\*innen-Grundausbildung auch in der Leitung der Gruppe erleben. Daher ist es wichtig, dass das Aktionsfeld nicht neu für dich ist und du dich in diesem bereits sicher fühlst.

Wenn du ausschließlich Hallenerfahrung besitzt und keine Outdoorpraxis hast, empfehlen wir alternative Angebote, wie zum Beispiel das Aktionsfeld „Stadt - Klettern - Natur“.

Siehe <https://www.jdav.de/Schulungen/Grundausbildungen>

# Schulungsprogramm 2022

## Grundausbildungen



Jugend des Deutschen Alpenvereins  
Landesverband Hessen

---

### INHALT

- Grundlagen der Gruppenpädagogik und pädagogische Leitungskompetenzen
- Erlebnispädagogische Methoden
- Planung, Durchführung und Leitung (bergsportlicher) Aktivitäten
- Methoden der Gruppenarbeit und Wissensvermittlung
- Planungs- und Entscheidungsstrategien
- Risikomanagement
- Notfall- und Krisenmanagement
- Jugendarbeit in der JDAV
- Rechtliche Grundlagen
- Nachhaltiges Handeln
- Lebenswelten von Kindern und Jugendliche

---

### LERNZIELE

Das Ziel ist, dass du im Anschluss an die Jugendleiter\*innen-Grundausbildung selbstständig und verantwortungsvoll eine Kinder- oder Jugendgruppe in den Bereichen leiten kannst, in denen du selbst fachsportlich genug Vorkenntnisse mitbringst, und zudem die Beteiligungsmöglichkeiten und Strukturen der JDAV kennst.

Die Grundausbildung schafft die Grundlage für deinen weiteren Kompetenzerwerb. Damit legt sie die Basis für den Start in dein Jugendleiter\*innen-Leben.

---

### TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

- mindestens 16 Jahre alt sein (zu Beginn der Jugendleiter\*innen-Grundausbildung)
- Zustimmung des\*der Jugendreferent\*in deiner Sektion
- Wenn du noch nicht volljährig bist: Unterschrift eines Erziehungsberechtigten
- Zum Bestehen der Grundausbildung ist der Besuch beider Termine Voraussetzung
- Erste-Hilfe-Nachweis über mindestens 9 Unterrichtseinheiten und nicht älter als zwei Jahre (wird erst bei der Beantragung des Jugendleiter\*innen-Ausweises nach der Grundausbildung benötigt)
- Bereitschaft sich mit dem eigenen Verhalten auseinander zu setzen
- Interesse an gruppenpädagogischen Fragestellungen und der Jugendarbeit
- Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung
- Kondition für mehrstündige Wandertouren

Gerade für diese Grundausbildung solltest du idealerweise neben Outdoor-Erfahrungen auch über erste eigene Erfahrungen in der Gruppenleitung und einen Kletterschein Vorstieg verfügen.

---

### TERMIN

Teil I – Urban     Freitag 09:30 bis Sonntag 17:00 Uhr online

Teil II – Alpin     4 Tage auf einer Alpinen DAV-Hütte, wird gemeinsam in Teil I der Grundausbildung festgelegt

**Termine folgen. Bekanntgabe weiterer Details Anfang Januar.**

## SPORTKLETTERN 1 OUTDOOR

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
AM 22-02	<i>noch nicht bekannt</i>	Odenwald	180€	5

Das Aufbaumodul 1 dreht sich hauptsächlich um die Themen Sicherung und Sicherheit. Nach wie vor boomt das Sportklettern, nicht nur in den Kletterhallen, sondern auch am Felsen. Gerade in diesem Bereich tun sich - auch fernab der Alpen - für den\*die Jugendleiter\*in viele Möglichkeiten auf, aktive und attraktive Jugendarbeit zu leisten und gleichzeitig einen verantwortungsbewussten Umgang mit der Natur zu praktizieren. Dieses Aufbaumodul ist für alle gedacht, die erfahren im Sportklettern sind und sich für die kompetente Leitung von Sportkletterkursen am Felsen und Kletterausfahrten mit der Jugendgruppe fit machen wollen. Zur Anerkennung des Kurses als Aufbaumodul zeigt der\*die Teilnehmer\*in seine\*ihre Fähigkeiten sowohl unterwegs als auch in Lehrübungen – die persönliche Einschätzung der Teamer\*innen über den ganzen Kurszeitraum entscheidet. Am Kursende steht ein persönliches Abschlussgespräch mit individueller Eignungsempfehlung.

### LERNZIELE UND INHALTE

Kletterveranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen

- Planung, Organisation und Abwicklung
- Umsetzung erlebnispädagogischer Aspekte
- Ökologische Belange des Mittelgebirgskletterns

Sicherheitsaspekte beim Sportklettern

- Seil- und Sicherungstechniken
- Aktion „Sicher Klettern“
- Lizenzierung zur Kletterscheinabnahme indoor und outdoor
- Risikobewusstsein, -management und Interventionsfähigkeit

Methodik

- Didaktische Grundregeln, Lehrwege und Methoden
- Lehrübungen

Der ganzheitliche und individuell-jugendgerechte Leistungsbegriff

- Leistungsrelevante Faktoren beim Sportklettern
- Entwicklungsgerechte Methoden und Spielformen im Kinder- und Jugendtraining

### VORAUSSETZUNGEN

- Kletterschein Vorstieg (optimal inklusive Sicherungsupdate), Kletterschein Outdoor wünschenswert
- Solides Kletterkönnen (Vorstiegs- und Rotpunktniveau) im Schwierigkeitsgrad 6 an Kunstwand und 5+ am Felsen
- Beherrschung der hierzu notwendigen Seil- & Sicherungstechniken (mind. 2 funktionell unterschiedliche Sicherungsgeräte bedienen können)
- Aktive\*r Jugendleiter\*in, Zustimmung Jugendreferent\*in

Jugendleiter\*innen, die die entsprechenden Aufbaumodule absolviert haben und die Fachübungsleiterausbildung machen wollen, können direkt in die FÜL-/ Trainerausbildung einsteigen. Mehr Infos unter [www.jdav.de](http://www.jdav.de).

---

## HOCHTOUREN

---

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
GM 22-03	28.08. bis 04.09.2022	Alpen	200€	8

---

Gletscher, das sind für dich bisher nur Eisklumpen, die du umwandern musst? Das soll nicht so bleiben? Dann bist du hier genau richtig.

Wir wollen uns dem Thema Hochtouren von der Pike auf nähern. Wie gehe ich mit Steigeisen und Pickel, warum haben die anderen ein Seil zwischen sich gespannt und was sind Spalten und wie komme ich nach dem Finden wieder aus diesen Raus.

Theorie ist zwar schön, live und in Farbe ist das aber alles einprägsamer, daher soll es mit euch auf einige Touren und auch den einen oder anderen Gipfel gehen.

---

### INHALT

- Gehen in Firn und Eis mit Steigeisen und Pickel
- Spaltenbergung
- Sicherung in Firn und Eis
- Klettern und Standplatzbau am leichten Felsen
- Tourenplanung
- Orientierung

---

### LERNZIELE

Nach dem Kurs sollen die Teilnehmer in der Lage sein, als Mitgänger an Hochtouren teilzunehmen dazu gehört: Gehen auf dem Gletscher mit Steigeisen, Spaltenbergung, Orientierung

---

### MATERIAL

Vollständige Hochtouren Ausrüstung benötigt, unter Anderem Steigeisenfest Schuhe, Steigeisen, Pickel, Biwaksack. Kann in begrenztem Maße nach vorheriger Absprache geliehen werden.

---

### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Erfahrung im alpinen Gelände, bis zum Gletscher sollte alles Routine sein
- Vorstieg Halle im 5. Grad, Routinierter Umgang mit Klettermaterial (Karabiner, Seil, Schlingen)
- Kondition für lange Touren (8h, 1000 hm)

---

### TERMIN & ORT

Sonntag, 28.08., bis Sonntag, 04.09.2022. Gemeinsame Anreise ab Hessen morgens, Ende nachmittags in den Alpen. Der konkrete Ort wird rechtzeitig nach Verhältnissen mitgeteilt.

# SKITOUREN

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
GM 22-04	10.02. bis 13.02.2022	Österreichische Alpen	150€	6

Du kannst auf der Piste schon gut fahren und willst nun auch mal auf Tour gehen? Hast du gar schon mal eine Tour gemacht? Um aber selbständig auf Tour gehen zu können, fehlt dir noch das notwendige Knowhow? Kein Problem, dann bist du bei dieser Fortbildung genau richtig. Wir wollen in das Skitourengehen von klein auf beginnen und euch eine Einführung geben. Ihr erhaltet einen Einblick in die komplexe Tourenplanung und eine Antwort auf die Frage, wie man gute Risikoentscheidungen trifft. Zudem setzen wir uns mit Gruppenprozessen und Führungstechniken auseinander. Und das alles auch praktisch, unterwegs im Gelände.

Wir werden auf einer Selbstversorgerhütte übernachten und uns selbst bekochen. Wo genau wir hinfahren entscheiden wir vor dem Kurs anhand der aktuellen Lage. Es wird eine gemeinsame Anreise aus Hessen organisiert. Der Kurs startet am Nachmittag mit dem Aufstieg zur Hütte.

Nach der Fortbildung werdet ihr zwar noch nicht selbst alleine auf Tour gehen können, ihr wisst aber was eine Tour ausmacht und könnt mit anderen anfangen das winterliche Gebirge zu erkunden.

## LERNZIELE

- Erlernen von Gehtechnik und Spuranlage mit Ski
- Trainieren der LVS-Suche und Erlernen der Grundlagen der Lawinkunde
- Kennenlernen grundlegender Planungswerkzeuge zur Tourenplanung im Winter
- Kennenlernen des Skitourengehens

## INHALT

- Einführung in das Risikomanagement im Winter
- Planungswerkzeuge 3x3 und Snowcard
- Interpretation von Wetter- und Lawinlagebericht
- Basistraining Verschüttetensuche
- Einschätzen der Lawinensituation am Einzelhang

## VORRAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- sicheres Abfahren abseits der Piste
- Kondition für mehrstündige Anstiege (bis zu 800 Höhenmeter)
- Bereitschaft alles auf die Hütte zu tragen
- komplette Tourenausrüstung erforderlich (Tourenski, Teleskopstöcke mit großen Tellern, Harscheisen, LVS-Gerät, Schaufel, Lawinensonde, Skihelm! (es besteht Helmpflicht))



---

## MEHRSEILLÄNGEN

---

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
GM 22-05	<i>noch nicht bekannt</i>	Alpen	180€	8

---

### INHALT

- Tourenplanung, Orientierung, Routenwahl
- Alpine Gefahren
- Standplatzbau und Fixpunkte am Felsen
- Sicherungstechniken und Taktik
- Ablassen, Abseilen, Rückzug
- Verbesserung der Absicherung mit mobilen Sicherungen

### LERNZIELE

- Sicheres Begehen von leichten bis mittelschweren Plaisirrouten
- Organisation von Klettertouren mit der Gruppe
- Abseilen und Kletterübungen, Umgang mit mobilen Sicherungen
- Orientierung im Gelände und alpine Gefahren

### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Sicheres bewegen im alpinen Gelände
- Vorsteigen im 6. Grad in Sportkletterrouten am Felsen
- Ein Sicherungsgerät sicher beherrschen
- Halbseile, Keile, Schlingen, Klemmgeräte, 12 Exen pro Seilschaft, alpiner Tuber (empfohlen ATC-Guide und Reverso) pro Person

# MOUNTAINBIKING

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
GM 22-06	09.09. bis 11.09.2022	Wolfshausen an der Lahn	110€	8

Du bist ab und zu mit dem Bike unterwegs, auch mal abseits des Asphalts, aber einen wirklichen Plan hast du noch nicht? Dann mache den ersten Schritt in Richtung wirklichem Mountainbiken mit diesem Grundmodul. Hier legen wir die Basics in Sachen Sicherheit, Fahrtechnik und Tourenplanung. Danach kannst du entscheiden, ob Biken etwas für deine Arbeit in der Jugendgruppe ist.

## INHALT

- Grundlegende Bewegungstechnik und Fahrtechniken
- Einstieg in die Tourenplanung und Orientierung
- Sicherheitsaspekte
- Wartung und Reparaturen
- Erlebnispädagogische Aktionen und Spiele mit dem Bike

## LERNZIELE

- Eigenständige Mountainbiketouren durchführen
- Einblicke in die grundlegende Bewegungstechnik
- Verbesserung der eigenen Fahrtechnik

## MATERIAL

Eigenes funktionstüchtiges Mountainbike & Fahrradhelm sind Pflicht. Das sollte auch dabei sein:

- Evtl. Handschuhe und Brille
- funktionelle Radbekleidung (nach Kursort, Jahreszeit und Witterung)
- Wetterschutz
- Trinkflasche(n) oder Trinkrucksack
- Tourenrucksack
- Werkzeug-Set + Ersatzschlauch
- Schreibzeug
- Mobiltelefon und/oder GPS-Fahrrad-Navi (wenn vorhanden)

## VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Erste Erfahrungen im Mountainbiken
- Ausdauer für mehrstündige Touren



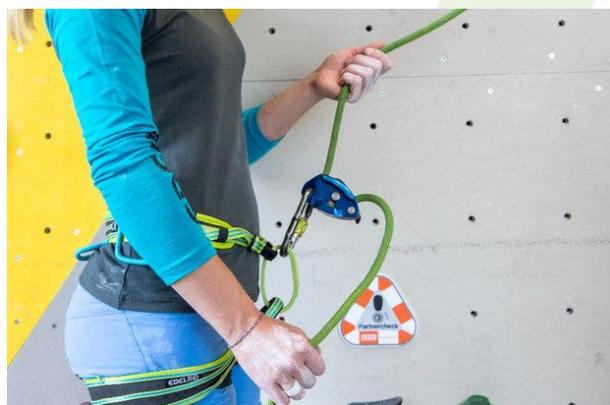
## SICHERN UND STÜRZEN PLUS

Fortbildung	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
FB 22-07	16.12. bis 18.12.2022	Kletterzentrum Darmstadt	150€	12

Klettern in Hallen scheint einfach: Millionen Kletter- und Sicherungsvorgänge werden ohne Vorkommnis bewältigt. Allerdings zeigen Untersuchungen der DAV-Sicherheitsforschung, dass insbesondere die Sicherung des Vorstiegers komplex und anspruchsvoll ist und typische Fehler immer wieder passieren. Zudem werden bestimmte Sicherungsroutinen häufig von Anfang an nicht richtig eingeübt. Die Fortbildung bietet die Möglichkeit, sich intensiv mit dem Thema Sichern und Stürzen beim Klettern zu beschäftigen und gibt Methoden an die Hand, das Thema in der Klettergruppe umzusetzen.

### INHALT

- „Sicher“ sichern in Toprope und Vorstieg mit verschiedenen Sicherungsgeräten
- Maßnahmen zur Gefahrenreduktion beim Vorstieg bzw. Vorstiegssichern
- Induktive und deduktive Lehrwege
- Systematisches Vorgehen beim Umgang mit „neuen“ Sicherungsmethoden unter Berücksichtigung des Spannungsfeldes „normierter Bewegungsroutinen versus Nutzung persönlich-individueller Stärken“
- Videofeedback zum eigenen Sicherungs- (und Kletter-) Verhalten
- Sicherungstraining: dynamisches, weiches Sichern von Stürzen im Vorstieg
- Umgang mit psychischen Blockaden beim Klettern und Stürzen im Vorstieg
- Aktion „Sicher Klettern“ – Lizenzierung zur Kletterscheinabnahme Indoor: Inhalte / Prüfungsformalitäten des Kletterscheins Toprope/Vorstieg Indoor & Prüfungsszenarien



### AUSBILDUNGSZIEL

- Kennen und Beherrschen verschiedener Sicherungsgeräte
- Reflexion und Verbesserung des eigenen Sicherungsverhaltens
- Entwicklung eines sicheren Sturzverhaltens
- Entwicklung der Risiko- und Entscheidungskompetenz
- Kennenlernen Methoden der Wissens- und Kompetenzvermittlung für regelmäßige Arbeit mit Kinder- & Jugendklettergruppen

# Schulungsprogramm 2022

## Fortbildungen



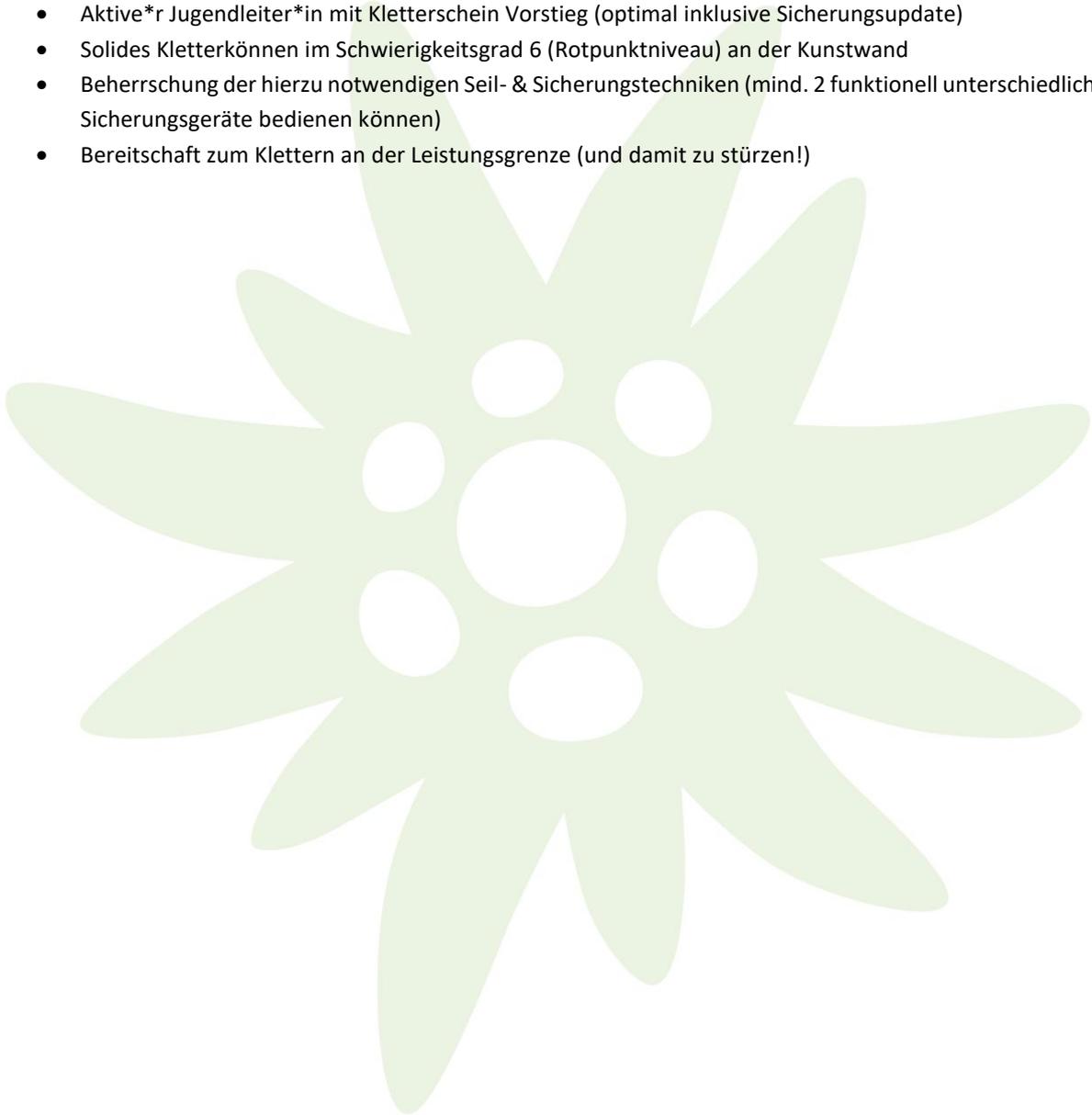
Jugend des Deutschen Alpenvereins  
Landesverband Hessen

- Erkennen und Erleben der Chancen und Grenzen induktiver Elemente bei der Schulung sicherungs- sowie sicherheitsrelevanter Inhalte
- Verbesserung der persönlichen Fähigkeit zur Wissensvermittlung
- Befähigung und Lizenzierung zur Abnahme der Kletterscheine Indoor

---

### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in mit Kletterschein Vorstieg (optimal inklusive Sicherungsupdate)
- Solides Kletterkönnen im Schwierigkeitsgrad 6 (Rotpunktniveau) an der Kunstwand
- Beherrschung der hierzu notwendigen Seil- & Sicherungstechniken (mind. 2 funktionell unterschiedliche Sicherungsgeräte bedienen können)
- Bereitschaft zum Klettern an der Leistungsgrenze (und damit zu stürzen!)



## HÖHLEN II - HÖHLEN ERLEBEN

FB 22-08	Termin 16.06. bis 19.06.2022	Ort Frankenjura	Kosten 150€	Teilnehmende 8
----------	---------------------------------	--------------------	----------------	-------------------

Wir werden zusammen einfache und nicht ganz so einfache Höhlen befahren. Fokus liegt bei diesem Kurs auf die Erlebnispädagogische Einbindung des Themas Höhlen. Wir werden auf Befahrungsmöglichkeiten mit der Jugendgruppe, Tiere und Pflanzen in der Höhle und ganzheitliches erleben aus der Erlebnispädagogik eingehen. Wir werden die Themen Befahrungstechniken, Gefahren, Sicherheit und Rettung wiederholen und vertiefen. Inhalte sind unter anderem

- Anleitung von Jugendgruppen
- Kooperationsspiele rund um die Höhle
- ein Bilder – Vortrag – Höhlen erlebbar machen
- Praktische Erlebnispädagogische Übungen
- Einbinden der Höhlenbefahrung in die Jugendarbeit
- Ausrüstung für eine Höhlenbefahrung
- Sicherheitsstandards und Erste Hilfe in der Höhle
- Praktische Befahrungen und Orientierung
- und viel Spaß.



### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Bereitschaft durch den Schlamm zu robben

Schaut rein, was euch erwartet: [https://youtu.be/69dnm\\_hVtsA](https://youtu.be/69dnm_hVtsA)



## CANYONING

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
FB 22-09	24.06. bis 27.06.2022	JuBi Hindelang	150€	10

Canyoning, das heißt Klettern, Abseilen, Rutschen und Springen in Gebirgsbächen, ist Erlebnis pur.

### INHALT

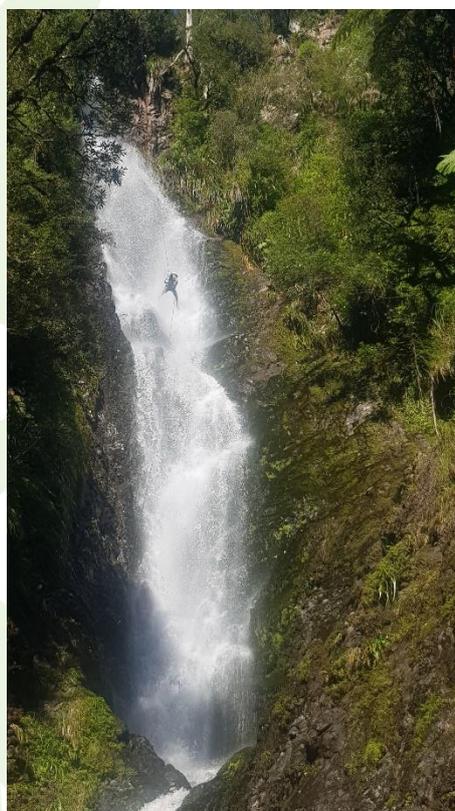
- Einblick in die alpine Sportart Canyoning
- Lernen der Techniken (Rutschen, Springen und am Seil)
- Gefahren beurteilen
- Ökologische Aspekte und Naturschutz
- Chancen und Grenzen von Canyoning in der Jugendarbeit

### LERNZIELE

Ziel dieser Fortbildung ist es nicht, Jugendleiter zu Canyoning-Guides auszubilden. Das Wochenende soll euch lediglich einen Einblick in diese faszinierende alpine Spielform ermöglichen und gleichzeitig für die pädagogischen Möglichkeiten und Grenzen dieser Sportart sensibilisieren. Die Fortbildung ist also eine ideale Möglichkeit auszuprobieren, ob das eine geeignete Aktivität für die nächste Fahrt mit deiner Jugendgruppe (unter Anleitung eines erfahrenen Canyoning Guide) wäre.

### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Du solltest ein\*e gute\*r Schwimmer\*in sein
- Spezialausrüstung wird gestellt



## KLETTERN + YOGA = KLETTYOGA

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
FB 22-10	21.10. bis 23.10.2022	Kletterzentrum Darmstadt oder Frankfurt	110€	12

„Der wichtigste Muskel beim Klettern ist das Gehirn“ (W. Güllich)

Mit Yoga geht Klettern einfach besser. Beide Bewegungsarten ergänzen sich hervorragend. Auf dieser Fortbildung lernst du systematisch, die für deine Kletter- und Boulderpraxis sinnvollen Aspekte des Yoga kennen und zu integrieren. Um dieses Wissen auch bei deiner ehrenamtlichen Tätigkeit nutzen zu können, gehen wir auf dieser Fortbildung auch auf das Anleiten verschiedener Übungen ein.

### LERNZIELE UND INHALTE DER FORTBILDUNG SIND U.A.

- Richtiges und vollständiges Aufwärmen
- Das Erlernen von Asanas und Flows (Yogagrundstellungen und ihre Verbindung) für mehr Beweglichkeit, Stützkraft, Stabilität und Gleichgewicht
- Übungen zur Vereinheitlichung von Atmung und Bewegung
- Klassische Massagetechniken und Thaimassage um harte Schultern, Arme und Rücken wieder geschmeidig zu machen

### BEWUSSTES KLETTERN

Kletteryoga fördert dich darin, bewusster zu klettern und dich besser mit dir und deiner Kraft zu verbinden. Es stärkt dich, Herausforderungen an der Wand leichter zu meistern. Es verbessert deine Körperwahrnehmung und Achtsamkeit. So lernst du auch Verletzungen vorzubeugen und bleibst lange fit und stabil.

Euch erwarten außerdem tolle Partnerübungen aus dem Acroyoga und der menschliche Kletterbaum, die sehr viel Spaß bringen und dich fit machen für deine anstehenden Projekte.

Diese Fortbildung ist ein Rundumpaket, dass dir ein umfangreiches Set von Übungen und Herangehensweisen liefert, die dein bisheriges Klettertraining sinnvoll ergänzen.

### VORRAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Selbstständiges Sportklettern in der Halle



---

## FOTOGRAPHIE GRUNDKURS

---

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
FB 22-11	30.04. bis 01.05.2022	Darmstadt	100€	8

---

Auf deinen Gruppenfahrten entstehen immer nur verwackelte Handyfotos? Du schneidest regelmäßig Teilnehmern Köpfe oder Füße ab? Das muss nicht sein.

Wir wollen uns zwei Tage damit beschäftigen, wie auch mit einfachen Mitteln schöne Fotos entstehen. Fokus sollte auf die Personen und Landschaftsfotografie sein, aber es wird auch genügend Zeit für eigenes Experimentieren bleiben. Zudem soll es auch um die Nachbearbeitung und Verwaltung der Fotos am Computer gehen.

---

### LERNZIELE UND INHALTE DER FORTBILDUNG SIND U.A.

- Technische Grundlagen der Digitalfotografie
- Kennenlernen der Kenngrößen und deren Einsatz für kreative Fotografie
- Ideen für dynamische Gruppen- und Einzelbilder
- Input zum Thema Landschaftsfotografie
- Sortieren und archivieren von Digitalfotos
- Bildnachbearbeitung am Computer

---

### VORRAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Ein Fotoapparat oder Ähnliches bei dem ein manueller Modus genutzt werden kann
- Interesse mit Fotos zu experimentieren

---

### TERMIN

Die Fortbildung beginnt am Samstag um 9 Uhr in Darmstadt und endet Sonntagabend.

## ERSTE HILFE OUTDOOR

	Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
FB 22-12	15.07. bis 17.07.2022	Wolfshausen an der Lahn	110€	10

Mit ein bisschen Glück hast du das Folgende noch nicht erlebt: du findest mit deiner Gruppe am Felsen eine bewusstlose Person. Du bist dabei, als sich jemand auf einem Winterraum mit der Axt verletzt und stark blutet. Mit noch etwas mehr Glück wird dir das vielleicht auch nicht passieren – aber falls doch, wäre es praktisch, wenn du einen ungefähren Plan davon hättest, was zu tun ist. Während dieser Fortbildung wollen wir genau das mit euch erarbeiten. Dazu werden wir die Grundlagen der Ersten Hilfe vermitteln und euch die Möglichkeit bieten, diese in gestellten Szenarien realitätsnah auszuprobieren.

### LERNZIELE

- Fähigkeit, komplexe Unfallsituationen im Gelände zu erfassen und die richtigen Notfallmaßnahmen einzuleiten
- Schaffung von Selbstvertrauen, um in Extremsituationen handlungsfähig zu bleiben
- Kenntnisse über Erstversorgung, Organisation und Betreuung bei Unfallereignissen im Gelände
- Offizielle Erste-Hilfe-Bescheinigung über 9 Unterrichtseinheiten



### INHALT

- Medizinische und psychologische Versorgung des\*der Verletzten
- Lebensbedrohliche Verletzungen erkennen und behandeln
- Betreuung der Gruppe
- Notruf absetzen
- Krisenmanagement im DAV
- Aufarbeitung nach Unfällen



### VORAUSSETZUNGEN

- Aktive\*r Jugendleiter\*in
- Bereitschaft zur Arbeit mit Szenarien

---

## KOCHEN FÜR GROßGRUPPEN

---

Termin	Ort	Kosten	Teilnehmende
21.-23.08.22	Südhessen	50 €	6

---

Im Rahmen eines hessenweiten Jugendcamps (z.B. in Heubach) können wir ein Team dazu ausbilden, für Großgruppen zu kochen. Dann müsst ihr euch um die Verpflegung auf der nächsten Ausfahrt mit vielen Jugendgruppen keine Sorgen mehr machen. Beginn wird Morgens sein, um Abends bereits das erste mal Kochen zu können. Wie in der WG gilt, wer kocht muss nicht abwaschen.

Nach der Fortbildung könnt ihr noch bis zum 27.08. Auf dem Hessencamp bleiben und gemeinsam mit Jugendgruppen aus ganz Hessen den Sommer genießen. Die Teilnahmegebühr wird nach erfolgreicher Teilnahme zurückerstattet.

Details hierzu werden bekanntgegeben, sobald eine Großveranstaltung geplant ist.

