



# Universitätskurs

# Arten von Radsport

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtitute.com/de/sportwissenschaften/universitatskurs/arten-radsport

# Index

O1
Präsentation
Seite 4

O2
Seite 8

O3
Kursleitung

O4
Struktur und Inhalt
Methodik

Seite 12

06 Qualifizierung

Seite 16

Seite 28

Seite 20





# tech 06 | Präsentation

Der Internationale Radsportverband (UCI) ist traditionell für die Regulierung des Radsports weltweit zuständig. Unter seinem Dach sind mehr als 200 nationale Verbände vertreten und vor allem werden 10 verschiedene Radsportdisziplinen von ihm verwaltet und geregelt. Ihre Bedeutung ist so groß, dass 5 von ihnen zum Programm der Olympischen Spiele gehören, 4 zu den Olympischen Jugendspielen und 2 zu den Paralympischen Spielen.

Aber jede dieser Disziplinen hat ihre Besonderheiten, und wenn ein Athlet ein vielseitiger Radsportler sein will, muss er sich auf verschiedene Besonderheiten spezialisieren. Glücklicherweise kann er dies bei TECH durch ein Programm tun, das auf die breite Palette der von der UCI reglementierten Wettbewerbe ausgerichtet ist. Es handelt sich um eine akademische Erfahrung, die für den Athleten von großem Wert ist, da sie nicht nur die Besonderheiten des Sports, sondern auch die verschiedenen Regeln und Leistungsgrenzen der einzelnen Disziplinen behandelt.

Dies ist zweifellos eine notwendige Spezialisierung, um die sportliche Aktivität des Studenten in diesem Bereich zu fördern. Darüber hinaus lässt sich der Universitätskurs sehr gut mit der Arbeit des Athleten im Radsport vereinbaren, da er aufgrund seines Online-Charakters nicht zu den Zentren vor Ort reisen muss und somit Zeit spart. Außerdem wird er jederzeit von einem Dozententeam beraten, das sich als solide Referenz in diesem Bereich positioniert hat.

Dieser **Universitätskurs in Arten von Radsport** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- Die Entwicklung von praktischen Fällen, die von Experten in Arten von Radsport präsentiert werden
- Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren Informationen
- Praktische Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens genutzt werden kann
- \* Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



Sie werden die Regeln für jede der Modalitäten analysieren, in denen der Radfahrer sein volles Potenzial entfalten kann"



Im Rahmen dieses Universitätskurses werden Sie sich mit neuen Modalitäten wie dem Kunstradfahren oder dem E-Bike beschäftigen"

Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Fachleuten von führenden Unternehmen und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

Eine wertvolle Spezialisierung, die Ihnen das nötige Rüstzeug für den Gravel-Radsport vermittelt.

Lassen Sie sich die Gelegenheit nicht entgehen, die besten Strategien für die Bewältigung von Radtourismusveranstaltungen zu entwickeln.







# tech 10 | Ziele



# Allgemeine Ziele

- Verstehen der Leistungsfaktoren des Sports und daher lernen, die spezifischen Bedürfnisse jedes Sportlers zu beurteilen
- In der Lage sein, Trainingsprogramme für Radsportler zu planen, zu periodisieren und zu entwickeln; kurz gesagt, die Studenten in der Ausübung des Berufs des Trainers weierzubilden
- Erwerben spezifischer Kenntnisse in Bezug auf die Biomechanik des Radsports
- Verstehen der Funktionsweise neuer Anwendungen, die bei der Quantifizierung der Belastung und der Trainingsplanung zum Einsatz kommen
- Verstehen der Vorteile des Krafttrainings und in der Lage sein, diese beim parallelen Training anzuwenden
- Erwerben einer Spezialisierung auf radsportorientierte Ernährung
- Verstehen der Funktionsweise der Radsportstrukturen sowie der Modalitäten und Kategorien von Wettbewerben





# **Spezifisches Ziel**

• Lernen über die verschiedenen Arten von Radsport und deren Eigenschaften, Eigenheiten und Leistungsgrenzen



In nur 150 Stunden erhalten Sie eine umfassende Spezialisierung, die Sie dazu befähigt, Ihre sportlichen Ziele in den verschiedenen UCI-Modalitäten zu erreichen"

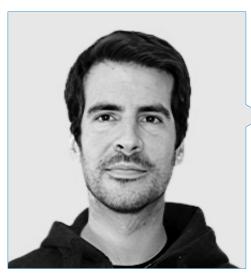






# tech 14 | Kursleitung

### Leitung



## Hr. Sola, Javier

- CEO von Training4ll
- Trainer des WT UAE Teams
- Leiter der Abteilung Leistung bei Massi Tactic UCI Womens Team
- Biomechanik-Spezialist bei Jumbo Visma UCI WT
- WKO-Berater für World Tour-Radsportteams
- Ausbilder bei Coaches4coaches
- Außerordentlicher Professor an der Universität von Lovola
- Hochschulabschluss in Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Universität von Sevilla
- · Aufbaustudium in Hochleistungs-Radsport an der Universität von Murcia
- Sportdirektor Stufe III
- Zahlreiche olympische Medaillen und Medaillen bei Europameisterschaften, Weltmeisterschaften und nationalen Meisterschafter

#### Professoren

#### Hr. Artetxe Gezuraga, Xabier

- Verantwortlicher f
  ür Leistung beim WT Ineos Grenadier Team
- \* Dozent und Veranstaltungsleiter der Stiftung Ciclista Euskadi
- Trainer des WT Movistar, SKY und Ineos Grenadier Teams
- \* Sportdirektor und Trainer von Seguros Bilbao, Caja Rural, Euskaltel Development Team
- Trainer der Gewinner von großen Rundfahrten, Weltmeisterschaften, olympischen Medaillen und nationalen Meisterschaften
- Ausbilder bei Coaches4coaches
- Masterstudiengang in Hochleistungs-Biomedizin
- Zertifikat World Tour Level Sports Director (Sportdirektor der UCI)
- Sportdirektor Stufe III

#### Hr. Celdrán, Raúl

- CEO von Natur Training System
- Verantwortlicher für Ernährung bei Burgos BH ProConti Team
- Verantwortlicher f
  ür Leistung des professionellen MTB Klimatiza Teams
- Ausbilder bei Coaches4coaches
- Hochschulabschluss in Pharmazie an der Universität von Alcalá
- Masterstudiengang in Ernährung, Adipositas und Hochleistung im Radsport an der Universität von Navarra

#### Hr. Moreno Morillo, Aner

- \* Verantwortlicher für Leistung der kuwaitischen Radsportnationalmannschaft
- Betreuer des Euskaltel-Euskadi ProConti Teams
- Hochschulabschluss in Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Universität Isabel I
- Masterstudiengang in Forschung über Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Europäischen Universität
- Masterstudiengang in Hochleistungs-Radsport an der Universität von Murcia
- Nationaler Sportdirektor Stufe III

#### Hr. Arguedas Lozano, Chema

- CEO von Planifica tus Pedaladas
- Experte für Training und Ernährung bei Radsport im Detail
- Trainer, Fitnesstrainer und Experte für Sporternährung
- Dozent für Sporternährung an der Universität von Leioa
- Autor von Titeln zum Thema Radsport: Plane deinen Pedaltritt, Versorge deinen Pedaltritt, Plane deinen MTB-Pedaltritt, Mache deinen Pedaltritt stärker





# tech 18 | Struktur und Inhalt

### Modul 1. Arten von Radsport

- 1.1. Bahn
  - 1.1.1. Definition
  - 1.1.2. Bahnrennen
  - 1.1.3. Anforderungen des Wettbewerbs
- 1.2. Straße
  - 1.2.1. Definition
  - 1.2.2. Modalitäten und Kategorien
  - 1.2.3. Wettbewerbsanforderungen
- 1.3. CX (Cyclocross)
  - 1.3.1. Definition
  - 1.3.2. Anforderungen des Wettbewerbs
  - 1.3.3. CX-Technik
- 1.4. Zeitfahren
  - 1.4.1. Definition
  - 1.4.2. Individuell
  - 1.4.3. Geräte
  - 1.4.4. Vorbereitung auf ein Zeitfahren
- 1.5. MTB (Mountainbike) / ATB (All-Terrain-Bike)
  - 1.5.1. Definition
  - 1.5.2. ATB-Rennen
  - 1.5.3. Anforderungen des Wettbewerbs
- 1.6. Gravel
  - 1.6.1. Definition
  - .6.2. Anforderungen des Wettbewerbs
  - 1.6.3. Besondere Ausrüstung
- 1.7. BMX
  - 1.7.1. Definition
  - 1.7.2. BMX-Rennen
  - 1.7.3. BMX Anforderungen





# Struktur und Inhalt | 19 tech

- 1.8. Behindertenradsport
  - 1.8.1. Definition
  - 1.8.2. Kriterien für die Teilnahmeberechtigung
  - 1.8.3. Anforderungen des Wettbewerbs
- 1.9. Neue von der UCI geregelte Modalitäten
  - 1.9.1. *E-Bike*
  - 1.9.2. *E-Sport*
  - 1.9.3. Kunstradfahren
- 1.10. Radtourismus
  - 1.10.1. Definition
  - 1.10.2. Anforderungen des Radtourismus
  - 1.10.3. Strategien zur Bewältigung von Rennen



Mit diesem Lehrplan werden Sie auch mehr über den Behindertenradsport auf Ihrem Tablet oder PC erfahren, indem Sie die Zulassungskriterien des Athleten analysieren"





# tech 22 | Methodik

### Fallstudie zur Kontextualisierung aller Inhalte

Unser Programm bietet eine revolutionäre Methode zur Entwicklung von Fähigkeiten und Kenntnissen. Unser Ziel ist es, Kompetenzen in einem sich wandelnden, wettbewerbsorientierten und sehr anspruchsvollen Umfeld zu stärken.



Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt"



Sie werden Zugang zu einem Lernsystem haben, das auf Wiederholung basiert, mit natürlichem und progressivem Unterricht während des gesamten Lehrplans.



Der Student wird durch gemeinschaftliche Aktivitäten und reale Fälle lernen, wie man komplexe Situationen in realen Geschäftsumgebungen löst.

### Eine innovative und andersartige Lernmethode

Dieses TECH-Programm ist ein von Grund auf neu entwickeltes, intensives
Lehrprogramm, das die anspruchsvollsten Herausforderungen und
Entscheidungen in diesem Bereich sowohl auf nationaler als auch auf
internationaler Ebene vorsieht. Dank dieser Methodik wird das persönliche und
berufliche Wachstum gefördert und ein entscheidender Schritt in Richtung
Erfolg gemacht. Die Fallmethode, die Technik, die diesem Inhalt zugrunde liegt,
gewährleistet, dass die aktuellste wirtschaftliche, soziale und berufliche Realität
berücksichtigt wird.



Unser Programm bereitet Sie darauf vor, sich neuen Herausforderungen in einem unsicheren Umfeld zu stellen und in Ihrer Karriere erfolgreich zu sein"

Die Fallmethode ist das von den besten Fakultäten der Welt am häufigsten verwendete Lernsystem. Die Fallmethode wurde 1912 entwickelt, damit Jurastudenten das Recht nicht nur auf der Grundlage theoretischer Inhalte erlernen. Sie bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, damit sie fundierte Entscheidungen treffen und Werturteile darüber fällen konnten, wie diese zu lösen sind. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert.

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Mit dieser Frage werden wir bei der Fallmethode konfrontiert, einer handlungsorientierten Lernmethode. Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren realen Fällen konfrontiert. Sie müssen ihr gesamtes Wissen integrieren, recherchieren, argumentieren und ihre Ideen und Entscheidungen verteidigen.



### Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

Im Jahr 2019 erzielten wir die besten Lernergebnisse aller spanischsprachigen Online-Universitäten der Welt.

Bei TECH lernen Sie mit einer hochmodernen Methodik, die darauf ausgerichtet ist, die Führungskräfte der Zukunft zu spezialisieren. Diese Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, wird Relearning genannt.

Unsere Universität ist die einzige in der spanischsprachigen Welt, die für die Anwendung dieser erfolgreichen Methode zugelassen ist. Im Jahr 2019 ist es uns gelungen, die Gesamtzufriedenheit unserer Studenten (Qualität der Lehre, Qualität der Materialien, Kursstruktur, Ziele...) in Bezug auf die Indikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität zu verbessern.



# Methodik | 25 tech

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert. Mit dieser Methode wurden mehr als 650.000 Hochschulabsolventen mit beispiellosem Erfolg in so unterschiedlichen Bereichen wie Biochemie, Genetik, Chirurgie, internationales Recht, Managementfähigkeiten, Sportwissenschaft, Philosophie, Recht, Ingenieurwesen, Journalismus, Geschichte, Finanzmärkte und -instrumente fortgebildet. Dies alles in einem sehr anspruchsvollen Umfeld mit einer Studentenschaft mit hohem sozioökonomischem Profil und einem Durchschnittsalter von 43,5 Jahren.

Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu Iernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurowissenschaften wissen wir nicht nur, wie wir Informationen, Ideen, Bilder und Erinnerungen organisieren, sondern auch, dass der Ort und der Kontext, in dem wir etwas gelernt haben, von grundlegender Bedeutung dafür sind, dass wir uns daran erinnern und es im Hippocampus speichern können, um es in unserem Langzeitgedächtnis zu behalten.

Auf diese Weise sind die verschiedenen Elemente unseres Programms im Rahmen des so genannten Neurocognitive Context-Dependent E-Learning mit dem Kontext verbunden, in dem der Teilnehmer seine berufliche Praxis entwickelt.

Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### **Studienmaterial**

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



#### Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt.

Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



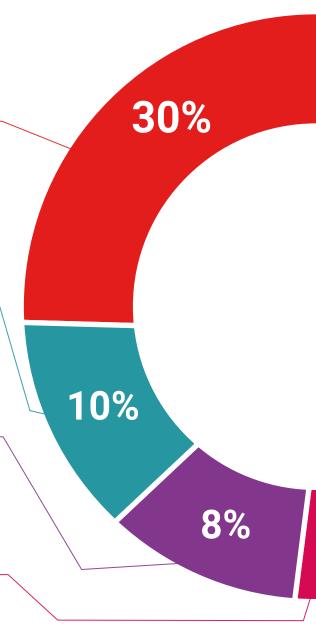
### Übungen für Fertigkeiten und Kompetenzen

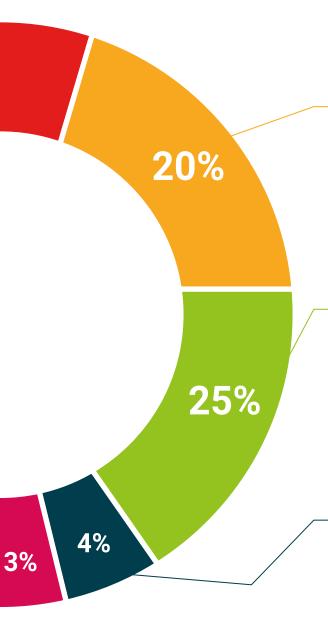
Sie werden Aktivitäten durchführen, um spezifische Kompetenzen und Fertigkeiten in jedem Fachbereich zu entwickeln. Übungen und Aktivitäten zum Erwerb und zur Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten, die ein Spezialist im Rahmen der Globalisierung, in der wir leben, entwickeln muss.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





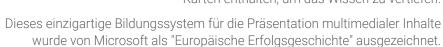
#### **Case Studies**

Sie werden eine Auswahl der besten Fallstudien vervollständigen, die speziell für diese Situation ausgewählt wurden. Die Fälle werden von den besten Spezialisten der internationalen Szene präsentiert, analysiert und betreut.



### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.





### **Testing & Retesting**

Die Kenntnisse des Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass der Student überprüfen kann, wie er seine Ziele erreicht.







# tech 30 | Qualifizierung

Dieser **Universitätskurs in Arten von Radsport** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität.** 

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

#### Titel: Universitätskurs in Arten von Radsport

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: 150 Std.

#### Von der NBA unterstützt





technologische universität Universitätskurs Arten von Radsport » Modalität: online » Dauer: 6 Wochen Qualifizierung: TECH Technologische Universität » Aufwand: 16 Std./Woche

» Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo

» Prüfungen: online



Von der NBA unterstützt



