

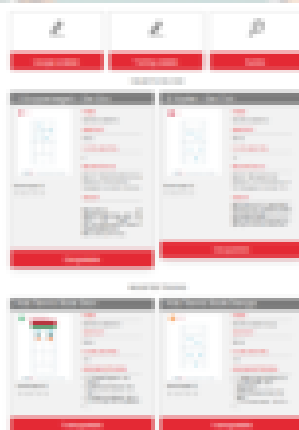
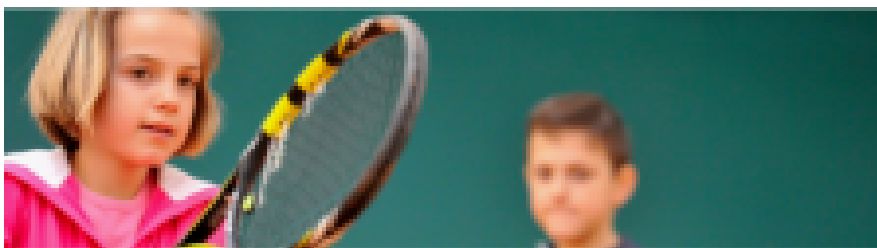
# Training: Praktisches online-Planungstool mit tausenden kostenlosen Übungsideen

online-coach.org ist ein einfaches Planungstool zur grafischen Darstellung von Sport-Übungen, ganzen Trainings und Lektionen. Das ideale Hilfsmittel zur Trainingsvorbereitung für LehrerInnen, TrainerInnen, LeiterInnen und Sportler mit über 15'000 Übungs- und Trainingsvorschlägen in 13 Sportarten.

Auf online-coach.org stehen hilfreiche Grafiken und Zeichnungsmöglichkeiten für insgesamt dreizehn Sportarten zur Verfügung (Fussball, Volleyball, Beach-Volleyball, Curling, Basketball, Handball, Unihockey, Tennis, Tischtennis, Squash, Badminton, Turnen/Schulsport und Eishockey). Das planen und zeichnen erfolgt direkt im Internet-Browser und erfordert keine Installation.

Die Trainings und Übungen sind auch auf mobilen Geräten abrufbar. So stehen tausende Übungen jederzeit zur Verfügung!

Die neu erfassten Kids Tennis Übungen der Stufe rot, orange und grün können mit einem Klick in ein Training eingebaut werden. Praktisch, wenn man unterwegs ein Training plant.



## Für andere von anderen

Die erstellten Übungen und Trainings werden gespeichert und können so von anderen registrierten Usern benutzt werden. Diese wiederum können sie mit ihren Kommentaren versehen und weitere Ideen nachliefern. Mit der Premium-Version kann man seine Übungen und Trainings auch privat halten.

Ausserdem besteht die Möglichkeit, Übungen und Trainings mit anderen Usern auszutauschen, Saisons zu planen und Schüler zum Training einzuladen. Die Plattform kann kostenlos und ausführlich getestet werden (ohne

weitere Verpflichtungen).

---

Quelle: [online-coach.org](https://www.online-coach.org)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**