

Ausbildungs- und Prüfungsordnung

für den Erwerb der zweiten DOSB-Lizenzstufe
Übungsleiter*in-B Sport in der Prävention
„Stressreduktion und Entspannung durch
(Berg)Wandern“

Stand: 12.02.2026

Ressort Bildung DAV

Inhalt

Teil I	Zulassung, Dauer, Gliederung, Organisation	3
1.1	Zulassung zur Ausbildung	3
1.2	Dauer der Ausbildung	3
1.2	Gliederung der Ausbildung	3
1.4	Organisation der Ausbildung	4
1.5	Theorie-Selbststudium.....	4
1.6	Anerkennung anderer Ausbildungen	4
Teil II	Ausbildungsordnung.....	5
2.1.	Ausbildungsinhalte im Lehrgang 1.....	5
2.2.	Ausbildungsinhalte im Lehrgang 2.....	6
2.3	Nichterfüllen der Teilnahmevoraussetzungen - Ausschluss vom Kursbetrieb.....	6
Teil III	Prüfungsordnung.....	7
3.1	Prüfungskommission.....	7
3.2	Zulassung zu den Prüfungen	7
3.3	Bewertung der Prüfungen.....	7
3.4	Prüfungsinhalte.....	7
3.5	Nichtbestehen und Wiederholung von Prüfungen.....	8
3.6	Erkrankung, Versäumnis, ordnungswidriges Verhalten.....	9
Teil IV	Lizenzordnung	10
4.1	Lizenzwerb	10
4.2	Gültigkeit der Lizenz	10
4.3	Lizenzverlängerung / Fortbildung	10
4.4	Verfall von Lizenzen.....	11
4.5	Aberkennung von Lizenzen.....	11
Teil V	Inkrafttreten der Ausbildungs- und Prüfungsordnung	11

Teil I Zulassung, Dauer, Gliederung, Organisation

1.1 Zulassung zur Ausbildung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Ausbildung sind:

1. Vollendung des 18. Lebensjahres
2. Einverständnis/Meldung über eine Sektion des Deutschen Alpenvereins (DAV) oder eines Vereins mit Sonderabkommen (Gastverband)
3. Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an einer Ausbildung in Erster Hilfe mit mindestens neun Unterrichtseinheiten, nicht älter als 2 Jahre
4. Gültige Lizenz als
 - Trainer*in-C des Deutschen Alpenvereins der Bereiche Bergsport Sommer und Bergsport Winter, außer TR-C Mountainbiken und FÜL Skilauf
5. Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten wie folgt:
 - Sicheres Gehen (Technik, Koordination) auf schwierigen, steilen und ausgesetzten Bergwegen sowie im weglosen Gelände mit kurzen Stellen im I. Grad (UIAA)
 - Ausdauerndes Gehen (Kondition) für tägliche Touren mit bis zu 1000 Höhenmetern und 8 Stunden Gehzeit
 - Kenntnisse in Orientierung, Wetterkunde, alpine Gefahren
 - Bereitschaft sich mit dem eigenen Verhalten auseinander zu setzen
 - Interesse an gesundheitspädagogischen Fragestellungen und Präventionsarbeit

Über die Zulassung zur Ausbildung entscheidet das Ressort Bildung des DAV nach Beurteilung eines eingereichten Tourenberichts.

1.2 Dauer der Ausbildung

Die Gesamtdauer der Ausbildung umfasst einschließlich der Prüfungen mindestens 115 Unterrichtseinheiten (UE). Die Dauer einer Unterrichtseinheit beträgt 45 Minuten. Die Aufteilung der tatsächlichen Unterrichtseinheiten wird jeweils in der aktuell gültigen Konzeption festgelegt.

Die Ausbildung muss im zweiten Jahr nach Beginn der Ausbildung abgeschlossen werden. Müssen Prüfungsteile wiederholt werden, verlängert sich die Frist für den Abschluss um jeweils ein Jahr.

1.2 Gliederung der Ausbildung

Die Ausbildung erstreckt sich über zwei aufeinander aufbauende Lehrgänge von insgesamt 10 Tagen, aufgeteilt in einen Präsenz-Lehrgang 1 zu 5,5 Tage und einen Präsenz-Lehrgang 2 zu 4,5 Tagen. Hinzu kommen Phasen des Selbststudiums von empfohlener und vorausgesetzter Literatur von 5 UE.

1.4 Organisation der Ausbildung

Die Zahl der 115 UE verteilt sich auf die Ausbildungsinhalte wie folgt:

Lehrinhalte	
Theorie	43
Praxis	60
Prüfungen	12
Gesamt (UE)	115

1.5 Theorie-Selbststudium

Vor den Lehrgängen erhalten die Teilnehmer*innen Literaturhinweise für ein Theorie-Selbststudium, welches sie bis zum Beginn des Lehrgangs durchzuarbeiten haben. Die Inhalte des Selbststudiums werden teilweise nicht mehr auf dem Lehrgang wiederholt, jedoch bei der Prüfung vorausgesetzt.

1.6 Anerkennung anderer Ausbildungen

Vergleichbare Ausbildungen anderer alpiner Verbände (z. B. Österreichischer Alpenverein ÖAV, Schweizer Alpenclub SAC, Französischer Alpenverein CAF) werden vom Deutschen Alpenverein nach Einzelfallprüfung anerkannt.

Teil II **Ausbildungsordnung**

Die Ausbildungsinhalte verteilen sich wie nachfolgend aufgeführt. Die genaue Auflistung, Ausgestaltung und Anordnung der Inhalte wird in der Lehrgangskonzeption festgelegt.

2.1. **Ausbildungsinhalte im Lehrgang 1**

1.	Theorie Lehrgang I	UE
1.1	Kurseröffnung und Kennenlernen	2,0
1.2	Abendreflektionen/Tagesabschluss	4,0
1.3	Kursabschluss/Feedback-Gespräche/ Kursausblick	2,0
1.4	Gesundheit, Gesundheitsförderung (GF) und Prävention	4,0
1.5	Gesundheitsförderung durch aktiven Lebensstil/Bergwandern	2,0
1.6	Stress/Stresserleben, Stressgeschehen, Stressmanagement	3,0
1.7	Sportphysiologie	4,0
1.8	Positive Psychologie	6,0
1.9	Kommunikation und Moderation	6,0
	Summe Theorie Lehrgang I	33,0
2.	Praxis Lehrgang I	
2.1	Tourenplanung/Gesundheitscheck/Herzfrequenzmessung/Ausrüstung	3,0
	Bergwanderung Thema „Stress“	
2.2	Übung – Warm up	2,0
2.3	Übung – Kommunikation „aktives Zuhören“ Zweiergruppen	1,0
2.4	Übung – „Schweigen und Stille“	2,0
2.5	Übung - Stressreduktion „Gedankenruhe“	1,0
	Bergwanderung Thema „Bewegung“	
2.6	Übung – Kommunikation „unser Bewegungsapparat“ Zweiergruppen	1,0
2.7	Übung – „Schlafender Flamingo“	1,0
2.8	Übung – „Mit Stock über Stein“	1,0
	Bergwanderung Thema „Selbstwirksamkeit“	
2.9	Übung – Kommunikation „Selbstwirksamkeit“ Zweiergruppen	1,0
2.10	Übung – Atemübung „Selbstwirksamkeit“	1,0
	Bergwanderung Thema „Lebenssinn“	
2.11	Übung – Kommunikation „Glück und Lebenssinn“ Zweiergruppen	1,0
2.12	Übung – „Lebensrad“	1,0
2.13	Übung - Dankbarkeit „positiver Tagesrückblick“	1,0
2.14	Übung – Cool down	2,0
2.15	Ausbildungstouren	13,0
	Summe Praxis Lehrgang I	32,0
	Summe Lehrgang I gesamt	65,0

2.2. Ausbildungsinhalte im Lehrgang 2

3.	Theorie Lehrgang II	
3.1	Kurseröffnung	1,0
3.2	Zwischbillanz zum Kursverlauf (Dreifach Blick)	2,0
3.3	Störungsbilder der mentalen Gesundheit: Depression und Burnout	3,0
3.4	Funktionen der Gruppe im Entspannungsprogramm	0,5
3.5	Qualitätssicherung/Evaluation	0,5
3.6	Prüfungsvorbereitung – Einteilung der Themen und Gruppen	3,0
	Summe Theorie Lehrgang II	10,0
4.	Praxis Lehrgang II	
4.1	Übungsanleitungen der TN zur Vorbereitung der Lehrproben mit Warm up und Cool down Einheiten (Übungstag in 2 Gruppen)	4,0
4.2	Übungsanleitungen der TN zur Vorbereitung der Lehrproben mit Körperübungen, Achtsamkeit, Atemübung, aktive Regeneration (Übungstag in der Gesamtgruppe)	15,0
4.3	Lehrproben	6,0
4.4	Prüfungsvorbereitung der mündlichen Theorieprüfung durch die TN	3,0
4.5	Theorieprüfung mündlich	6,0
4.6	Ausbildungstouren	6,0
5	Summe Praxis Lehrgang II	40,0
	Summe Lehrgang II gesamt	50,0
	Gesamtsumme Lehrgang I und II	115,0

2.3 Nichterfüllen der Teilnahmevoraussetzungen - Ausschluss vom Kursbetrieb

Erfüllt eine teilnehmende Person nicht die Teilnahmevoraussetzungen oder die Anforderungen, die zum Absolvieren des Kurses notwendig sind, kann die Kursleitung die betreffende Person vorübergehend oder vollständig vom Kurs ausschließen.

Die Kursleitung ist angewiesen, Teilnehmende vom laufenden Kursbetrieb unmittelbar auszuschließen, wenn sich aufgrund mangelnden persönlichen Könnens, verpasster Lehrgangsinhalte und/oder Nichtbeachtung von Anweisungen eine erhöhte Gefahr für das eigene Leib und Leben des Teilnehmenden, das der anderen Gruppenmitglieder oder Dritter erkennen lässt.

Teil III Prüfungsordnung

3.1 Prüfungskommission

Die Prüfungen werden von einer Prüfungskommission abgenommen. Die Prüfungskommission besteht wenigstens aus einem, jedoch in der Regel aus zwei in dem jeweiligen Ausbildungslehrgang eingesetzten Mitglied oder Mitgliedern eines Bundeslehrteams des DAV. In der Regel sind es die Ausbilder*innen.

Der Prüfung kann die/der Ressortleiter*in Bildung oder ein von ihm benannter Vertreter*in des Ressorts Bildung aus der Bundesgeschäftsstelle des DAV beiwohnen.

Die Prüfungskommission entscheidet über den Prüfungserfolg.

3.2 Zulassung zu den Prüfungen

Zu den Prüfungen wird zugelassen, wer

- die Bedingung zur Zulassung zur Ausbildung (vgl. Teil I Abschnitt 1.1) erfüllt sowie
- bis zum Prüfungsbeginn in vollem Umfang, aktiv und erfolgreich an allen Lehrveranstaltungen teilgenommen hat.

3.3 Bewertung der Prüfungen

Alle Prüfungen werden jeweils mit „gut bestanden“ (gb), „bestanden“(b) oder „nicht bestanden“ (nb) bewertet.

3.4 Prüfungsinhalte

3.4.1 Persönliches Können

Die Prüfung des persönlichen Könnens setzt sich aus drei Teilbereichen zusammen:

- Teilbereich I betrifft das alpine Können und die alpine Erfahrung im (Berg)Wandern
- Teilbereich II betrifft die Kommunikations- und Moderationskompetenz
- Teilbereich III betrifft die stressreduzierenden Entspannungsübungen

Teilbereich I wird durch eine Beobachtung über den gesamten Lehrgang bewertet. Dies ist möglich, weil alle Prüfungsinhalte bereits für die Zulassung zur Ausbildung vorausgesetzt und im Laufe des Lehrgangs nur noch verbessert werden. Bewertungskriterien sind insbesondere

- Alpine Erfahrung, Gefahrenbewusstsein, Selbsteinschätzung, Risikomanagement
- Kondition (Ausdauer), Technik (Gehen, Steigen im alpinen Gelände)

Teilbereich II ist eine Prüfung in Kommunikations- und Moderationskompetenz und findet in der zweiten Kurshälfte statt. Dabei ist eine Aufgabe aus diesem Bereich zu lösen, die den Teilnehmer*innen aus einer Aufgabenliste zugeteilt wird. Bewertungskriterien sind insbesondere

- Kommunikation mit der Gruppe und anderen Teilnehmer*innen
- Kommunikation mit einzelnen Teilnehmer*innen
- Reflektion und Moderation von Übungen
- Einfühlungsvermögen in die Teilnehmer*innen

Teilbereich III ist eine Prüfung in stressreduzierenden Entspannungsübungen und findet in der zweiten Kurshälfte statt. Dabei ist eine Aufgabe aus diesem Bereich zu lösen, die den Teilnehmern aus einer Aufgabenliste zugeteilt wird. Bewertungskriterien sind insbesondere

- Übungsansage
- Übungsdemonstration
- Übungskorrekturen

Die Gesamtnote des persönlichen Könnens wird wie folgt ermittelt:

- Ist Teilbereich 1 „nicht bestanden“, gilt das Persönliche Können insgesamt als „nicht bestanden“.
- Sind zwei oder alle drei Teilbereiche „nicht bestanden“, gilt das Persönliche Können insgesamt als „nicht bestanden“.
- Sind (mindestens) zwei Teilbereiche „gut bestanden“ und ein Teilbereich „bestanden“, gilt das Persönliche Können insgesamt als „gut bestanden“.
- Sind Teilbereich I und ein weiterer Teilbereich „bestanden“ oder „gut bestanden“, und Teilbereich II oder III „nicht bestanden“, gilt das Persönliche Können als „bestanden“. Somit ist es möglich, Teilbereich II oder Teilbereich III nicht zu bestehen und trotzdem das Persönliche Können insgesamt zu bestehen.

3.4.2 Führungstechnik

Die Prüfung der Führungstechnik findet in der zweiten Kurshälfte statt. Die Teilnehmer*innen bekommen eine längere oder mehrere kürzere Führungsaufgaben. Bewertungskriterien sind insbesondere:

- Qualität der Entscheidungen bei der Wegwahl
- Qualität der Anwendung von führungstechnischen Maßnahmen
- Verantwortungsbewusstsein
- Qualität der Kommunikation mit der Gruppe
- Gesamteindruck

3.5 Nichtbestehen und Wiederholung von Prüfungen

Der Lehrgang gilt als „nicht bestanden“, wenn mindestens einer der Prüfungsteile mit „nicht bestanden“ bewertet wurde.

- Wurde nur das persönliche Können nicht bestanden, ist dieses mit allen drei Teilbereichen, an 2-3 Tagen, bei einem gleichartigen Lehrgang, frühestens sechs Monate später, zu wiederholen.
- Wurde nur die Führungstechnik nicht bestanden, ist diese an 2-3 Tagen bei einem gleichartigen Lehrgang, frühestens sechs Monate später, zu wiederholen.
- Wurden beide Prüfungsteile nicht bestanden, ist der gesamte Lehrgang einschließlich aller Prüfungen, frühestens 6 Monate später, zu wiederholen.
- Wurde ein Prüfungsteil dreimal nicht bestanden, ist ebenfalls der gesamte Lehrgang einschließlich aller Prüfungen, frühestens 6 Monate später, zu wiederholen.

3.6 Erkrankung, Versäumnis, ordnungswidriges Verhalten

3.6.1 Krankheitsbedingte Prüfungsabsage

Kann ein Lehrgangsteilnehmer oder eine Lehrgangsteilnehmerin aus Krankheitsgründen einen Prüfungstermin nicht wahrnehmen, muss dies spätestens unmittelbar vor Beginn des jeweiligen Prüfungsteiles erklärt werden. Es ist innerhalb von drei Tagen ein ärztliches Attest vorzulegen.

3.6.2 Versäumnis aus nicht krankheitsbedingten Gründen

Versäumt ein Lehrgangsteilnehmer oder eine Teilnehmerin einen Prüfungstermin aus anderen Gründen, die er/sie nicht zu vertreten hat, so muss er/sie dies unverzüglich nachweisen.

3.6.3 Neufestsetzung von Prüfungsterminen

Das Ressort Bildung des DAV setzt für die Betroffenen, die zur Prüfung nicht antreten konnten oder diese unterbrechen mussten, neue Termine fest. Die neuen Prüfungsaufgaben werden unter Berücksichtigung der entsprechenden Fristen gestellt.

3.6.4 Versäumte Prüfungsteile

Ohne ausreichenden Grund versäumte Prüfungen oder Prüfungsteile gelten als abgelegt und werden als „nicht bestanden“ bewertet. Das Gleiche gilt für Prüfungsteile, die von einem Teilnehmer oder einer Teilnehmerin selbst abgebrochen werden und die bis zum Zeitpunkt des Abbruches gezeigten Leistungen keine bessere Beurteilung zulassen. Ein Prüfungsteil gilt ebenso als versäumt, wenn der Kandidat oder die Kandidatin zum festgesetzten Zeitpunkt des Beginns nicht anwesend ist.

3.6.5 Prüfungsbelehrung, ordnungswidriges Verhalten

Vor Beginn der Prüfungen sind die Prüfungsteilnehmer und Teilnehmerinnen über die Folgen ordnungswidrigen Verhaltens zu belehren. Ordnungswidriges Verhalten während der Prüfung, insbesondere eine Täuschung oder ein Täuschungsversuch, hat den Ausschluss von weiteren Prüfungen zur Folge. Die Prüfung gilt als insgesamt „nicht bestanden“. Über das ordnungswidrige Verhalten ist von der Prüfungskommission eine Niederschrift anzufertigen.

Teil IV Lizenzordnung

Nach der erfolgreich absolvierten Ausbildung wird den Lehrgangsteilnehmenden vom Ressort Bildung ein Ausweis „Übungsleiter*in-B Prävention (Berg)Wandern“ des Deutschen Alpenvereins ausgestellt. Dieser Ausweis ist nur gültig mit einer aktuellen Jahresmarke des Ressorts Bildung.

4.1 Lizenzwerb

Das Mindestalter für die Lizenzausstellung beträgt 18 Jahre, nach oben hin gibt es keine Altersbegrenzung.

1. Des Weiteren wird eine DOSB-Lizenz mit der Bezeichnung „Übungsleiter*in B Sport in der Prävention (Berg)Wandern“ ausgestellt. Voraussetzung ist der Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an einer Ausbildung in Erster Hilfe mit mindestens neun Unterrichtseinheiten, nicht älter als 2 Jahre.

4.2 Gültigkeit der Lizenz

Die Gültigkeit beginnt mit dem Ausstellungsdatum der Lizenz. Die Lizenz ist gültig bis zum Ende des vierten Jahres nach dem Jahr der Ausstellung bzw. der letzten Lizenzverlängerung.

4.3 Lizenzverlängerung / Fortbildung

Die Verlängerung der Gültigkeit einer Lizenz für weitere vier Jahre ist mit einer Fortbildungspflicht von mindestens 15 Unterrichtseinheiten verbunden. Um die Gültigkeit der Lizenz zu verlängern, ist demzufolge spätestens alle vier Jahre die Teilnahme an einer Pflichtfortbildung notwendig.

Eine Pflichtfortbildung für Übungsleiter-B Prävention (Berg)Wandern verlängert automatisch auch eine Lizenz Trainer*in C Breitensport Bergwandern.

Versäumt ein Übungsleiter*in C Prävention (Berg)Wandern die Vierjahresfrist, muss er/sie im fünften Jahr zwei Fortbildungen besuchen. Andernfalls verliert die Lizenz ihre Gültigkeit.

Ist eine Teilnahme aus wichtigen und nachweisbaren Gründen (beispielsweise Schwangerschaft, schwere Krankheit) nicht möglich, kann auf Antrag eine Verlängerung der Fortbildungspflicht von einem Jahr durch das Ressort Bildung des DAV genehmigt werden.

4.4 Verfall von Lizenzen

Ist eine Lizenz mehr als zwei Jahre ungültig, verfällt sie. Sie kann nur durch Wiederholung der gesamten Ausbildung einschließlich aller Prüfungen neu erlangt werden.

4.5 Aberkennung von Lizenzen

Der Lizenzgeber behält sich vor, bei verbandsschädigendem Verhalten Übungsleitern oder Übungsleiterinnen die Lizenz vorübergehend oder auf Dauer abzuerkennen bzw. einzubehalten.

Teil V Inkrafttreten der Ausbildungs- und Prüfungsordnung

Die Ausbildungs- und Prüfungsordnung tritt ab sofort in Kraft. Alle früheren Versionen verlieren damit ihre Gültigkeit.

München, 12.2.2026

Deutscher Alpenverein, Ressort Bildung