

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### SCHLINGENTRAINING FÜR EINSTEIGER

<b>Veranstaltungsnummer</b>	101FB3022
<b>Start- / Enddatum</b>	16.07.2022 - 16.07.2022
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Sportpark Schollbach Schollbach 17,85435 Erding
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB3022 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>

#### Beschreibung

### SCHLINGENTRAINING FÜR EINSTEIGER

#### Inhalte

In dieser Fortbildung lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten kennen, die das Schlingentraining bietet. Ideal beim Schlingentraining ist die leichte Variierbarkeit der Schwierigkeitsstufe über den Hebel. So können auch gemischte Gruppen beim Schlingentraining optimal gemeinsam trainieren. Es ist ein tolles Krafttraining, das Teilnehmende schnell ins Schwitzen kommen lässt und auspowert.

#### Teilnahmevoraussetzungen

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

#### Organisatorische Hinweise

Veranstaltungszeiten:  
Samstag: 09:00-16:00 Uhr

Bitte mitbringen:

- eigene Matte
- Handtuch
- Schreibzeug
- Verpflegung (Essen und Getränke)

#### Dokumente

PsG\_Selbstverpflichtung\_2022\_beschreibbar.pdf 2022-07-15\_Sling\_Workout\_BLSV.pdf

#### Veranstaltungsleitung

Martin Weber

#### Referenten

Hannah Köhl

#### Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)  
Übungsleiter B Sport in der Prävention  
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere  
Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

#### Veranstaltungsbestätigung

Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.

<b>Schlingentraining</b>	16.07. - 16.07. :
<b>Meldeschluss</b>	06.07.2022
<b>Anzahl der Plätze</b>	19
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
<b>Ansprechpartner</b>	Jenny Winterberg, <a href="mailto:jenny.winterberg@blsv.de">jenny.winterberg@blsv.de</a>