

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

SPAß AN DER BEWEGUNG MIT VIELEN TRAININGSIDEEN (BAMBERG)

Veranstaltungsnummer	104FB1323
Start- / Enddatum	10.06.2023 - 11.06.2023
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	MTV Bamberg Jahnstr. 32,96050 Bamberg
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 104FB1323 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	BEWEGUNGS-SPAß MIT VIELEN TRAININGSIDEEN UND KLEINEN SPIELEN
Inhalte	▪ Effektive Kräftigungsübungen ▪ Fatburner & Bodystyling ▪ Einführung ins Walking inkl. 2 km-Test ▪ Herz-Kreislauf Training mit dem Springseil ▪ Kleine Spiele - auch für heterogene Gruppen ▪ Warm up - verschiedene Varianten ▪ Mobility Training
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Sie benötigen Schreibmaterial, Sportkleidung für In- und Outdoor der Witterung angepasst und eine Gymnastikmatte. Bitte Schuhe für drinnen und draußen mitbringen! Bitte beachten Sie beigefügten Parkplatzplan. Veranstaltungszeit: Sa. 09:00 - 15:30 Uhr So. 09:00 - 14:15 Uhr (Änderungen vorbehalten)

Organisatorische Hinweise

Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an:

Bayerischer Landes-Sportverband e.V.
Lizenzmanagement
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
uebungsleiter@blsv.de

- Original-Übungsleiterlizenz bzw. Vereinsmanagerlizenz
- Kopie(n) der Teilnahmebestätigung(en)
- [PsG-Selbstverpflichtung](#)
- Kontaktdaten, insbesondere aktuelle E-Mailadresse

Dokumente

MTV-Parkplatzuebersicht.pdf Spiele_fuer_Erwachsene_60plus_01.pdf
Staffelspiele_01.pdf Ballschule_01.pdf 2km_Walking_Test.pdf
Energiebereitstellung_im_Muskel.pdf
Energiebereitstellung_Schema.pdf
Kra__ftigungsu__bungen_mit_Stab.pdf Krafttraining_Wissenschaft.pdf
Myokine.pdf Qi-Gong-Hand-out.pdf Viszerales_Ko__rperfett.pdf

Veranstaltungsleitung

Renate Kupijai

Referenten

Petra Kühlmann
Matthias Gallmetzer
Astrid Hess

Lizenzverlängerungen

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

Veranstaltungsbestätigung

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich. Bitte beachten Sie die [Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen](#).

Termin

10.06. - 11.06. :

Informationen zur Verpflegung

Bitte denken Sie daran, ausreichend Trinken und Essen mitzubringen. Verpflegung ist im nahen Edeka Markt oder im Dehner Garten Center (Bäckerei) möglich. Getränke/Kaffee können sich die Teilnehmer im Studio holen.

Meldeschluss

03.06.2023

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberfranken

Ansprechpartner

Martin Tupy, oberfranken@blsv.de

