

## ÜL - FORTBILDUNG 8 UE

### SPORT FÜR ÄLTERE

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10704FB0122
<b>Start- / Enddatum</b>	29.10.2022 - 29.10.2022
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Grundschule Wehringen Nördliche Hauptstraße 18,86517 Wehringen
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10704FB0122 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	Diese Fortbildung zeigt neue und abwechslungsreiche Ideen bei der seniorengerechten Stunden- und Kursplanung. Sie sieht eine breite Palette an Übungsschwerpunkten für Übungsleiter vor und vermittelt in Theorie und Praxis Kompetenz zur Gestaltung von Übungsstunden.
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Moving on - Alltagsbewegungen in Gymnastik umgesetzt</li><li>-Auf eine Sturzprophylaxe wird besonderes Augenmerk gelegt</li><li>-Warm-up bis cool-down: mit Musik geht alles besser</li><li>-Erhaltung der Alltagsmotorik</li><li>-von Koordinations- und Balancetraining zu Gedächtnistraining durch Bewegung</li><li>-von Kraft- und Ausdauertraining zu Reaktions- und Stabilitätstraining</li></ul>
<b>Zielgruppe</b>	Übungsleiter und Interessierte
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr
<b>Dokumente</b>	PsG_Selbstverpflichtung_2022.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Babsy Drössler
<b>Referenten</b>	Roswitha Ziegler Rainer Ziegler
<b>Lizenzverlängerungen</b>	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport in der Prävention
<b>Samstag</b>	29.10. - 29.10. : Grundschule Wehringen
<b>Informationen zur Verpflegung</b>	Für Verpflegung und Getränke ist selbst zu sorgen. Kaffee- und Kuchenverkauf wird von der Abteilung des FSV Wehringen übernommen.
<b>Meldeschluss</b>	27.10.2022
<b>Anzahl der Plätze</b>	30

**Veranstalter**

**Ansprechpartner**

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Augsburg-Land

Robert Häfele, [robert.haefele@blsv-schwaben.de](mailto:robert.haefele@blsv-schwaben.de)