

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

EINFÜHRUNG IN DIE METHODE DES AUTOGENEN TRAININGS

Veranstaltungsnummer	101FB0224
Start- / Enddatum	13.01.2024 - 13.01.2024
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Sporthalle des Förderschulzentrums Freising OT Pulling St.- Ulrich- Str. 9,85354 Pulling
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB0224 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<p>In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in das systematische Entspannungsverfahren „Autogenes Training (AT)“.</p> <p>Auf Basis der wichtigsten theoretischen Grundlagen dieser Entspannungsmethode, erlernen Sie auch die praktische Anwendung für sich selbst und zum Einsatz im Vereinssport als Übungsleiter:in im Gruppentraining.</p> <p>Je nachdem ob die Lang- oder Kurzversion des AT verwendet wird, findet es viele Einsatzmöglichkeiten im Trainingsalltag.</p> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none">- Einführung in die Theorie des AT- Theoretischer Überblick über weitere systematische Entspannungsverfahren- Erlernen der unterschiedlichen Übungsausführungen- Erlernen der Lang- und Kurzversion des AT zum Einsatz im Vereinssport
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Sonstige Informationen

PSG - SELBSTVERPFLICHTUNGSERKLÄRUNG

Seit dem 01.01.2022 ist es notwendig, neben den bisherigen Unterlagen zur Lizenzausstellung und Lizenzverlängerung auch die sogenannte PsG-Selbstverpflichtungserklärung einzureichen. Ohne diese unterschriebene Erklärung ist eine Ausstellung bzw. Verlängerung von Lizenzen nicht möglich.

Der BLSV und die BSJ verurteilen sexualisierte Belästigung und Gewalt. Auf all unseren Veranstaltungen fordern wir daher eine angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre ein. Sollten Ihre persönlichen Grenzen bei dieser Veranstaltung nicht gewahrt werden, können Sie sich mit dem Arbeitsbereich „Prävention sexualisierter Gewalt - PsG“ in Verbindung setzen. Die Ansprechpersonen der BSJ sowie weitere externe Anlaufstellen finden Sie [hier](#).

VERLÄNGERUNGSMODALITÄTEN VON BLSV-LIZENZEN:

Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenz-Verlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen 8 Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebestätigung auszustellen. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.

Organisatorische Hinweise

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

Bitte mitbringen:
- Gymnastikmatte
- Bequeme und warme Kleidung
- dicke Socken
- Decke
- Schreibutensilien
- Verpflegung (Essen und Getränke)

Dokumente

PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv.pdf
Autogenes_Training_Kurzform.pdf AutogenesTraining_Anleitung.pdf

Veranstaltungsleitung

Christine Brunnhuber

Referenten

Tanja Biedermann

Lizenzverlängerungen

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

Veranstaltungsbestätigung

Sie erhalten nach erfolgreichem Abschluss und der Teilnahme am gesamten Lehrgang eine Teilnahmebestätigung. Diese geht Ihnen per E-Mail zu, bzw. kann von Ihnen ca. 2 Wochen nach Lehrgangsabschluss direkt in Ihrem Account unter www.blsv-qualinet.de abgerufen werden.

Einführung Autogenes Training

13.01. - 13.01. :

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

55,00 €

Meldeschluss

22.12.2023

Anzahl der Plätze

25

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern

Ansprechpartner

Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de