

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

SENSOMOTORISCHES TRAINING

Veranstaltungsnummer	101FB1722
Start- / Enddatum	02.04.2022 - 02.04.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Lechrainhalle Scheuring Buchenweg 9,86937 Scheuring
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB1722 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<h4>SENSOMOTORISCHES TRAINING</h4> <p>Für ein sensomotorisches Training können z.B. Pads genutzt werden, wodurch es intensiver wird als auf ebenem Boden. Zusätzlich werden Wahrnehmung, Reizverarbeitung und Stabilität geschult. Bewegungsabläufe werden durch kontinuierliches Training besser abgespeichert und harmonischer.</p> <p>Die Schulung des Gleichgewichts setzt Schwerpunkte auf Kraft und Sensomotorik, die einfach beschrieben das Zusammenspiel zwischen Nervenbahnen (Sensorik) und der motorischen Antwort (Motorik) über Muskeln, Sehnen und Bänder darstellen.</p> <p>Das Training bildet einen wichtigen Baustein zur Sturzprophylaxe und sollte auch in jungen Jahren einen Platz in den Übungseinheiten für ein verbessertes Gleichgewicht finden.</p>
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Samstag: 09:00-16:00 Uhr Bitte mitbringen: - Gymnastikmatte - Wechselkleidung - Handtuch - Schreibutensilien - Verpflegung (Essen und Getränke)
Dokumente	Psg_Selbstverpflichtung_12.11.2021.UEA.pdf
Veranstaltungsleitung	Elisabeth Rid
Referenten	Claudia Hölzl

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
Sensomotorisches Training	02.04. - 02.04. :
Meldeschluss	20.03.2022
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de