# ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

## HEALTHY MIND - GESUNDER KÖRPER, GESUNDER GEIST

| | |
|---|---|
| **Veranstaltungsnummer** | 201FB2923 |
| **Start- / Enddatum** | 14.10.2023 - 15.10.2023 |
| **Dauer** | 15 UE |
| **Veranstaltungsort** | Eichstätt-Rebdorf<br>Pater-Moser-Straße 3,85072 Eichstätt |
| **Anmeldung** | Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 201FB2923 in das Suchfeld ein:<br>https://www.blsv-qualinet.de |
| **Inhalte** | In diesem Lehrgang möchten wir aufzeigen, wie ein Übungsleiter dazu beitragen kann, dass Kinder und Jugendliche mit stressigen Situationen umgehen können.<br><br>Wir werden dazu viele Praxisbeispiele zeigen, ausprobieren und bewerten, ob sich die Übungen und Spiele zur Stressbewältigung eignen.<br><br>• Grundlagen der Stressregulation<br>• Sport als Ausgleich im Alltag<br>• Entspannungsverfahren für Kinder & Jugendliche |
| **Teilnahmevoraussetzungen** | Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein |
| **Sonstige Informationen** | Bitte unbedingt Sportbekleidung mitbringen.<br>Der Übungsleiterausweis kann zur Verlängerung abgegeben werden.<br>Diese Fortbildung kann nicht als Teilanerkennung verwendet werden.<br>Beide Tage müssen besucht werden. |
| **Dokumente** | PsG_Selbstverpflichtung_fuer_Lehrgangsteilnehmer.pdf<br>201FB2923_Stress_und_Stressregulation.pdf<br>201FB2923_Progressive_Muskelentspannung_Kurzform.pdf<br>201FB2923_Fortbildung_Healthy_mind.pdf |
| **Veranstaltungsleitung** | Peter Bosch |
| **Referenten** | Andreas Wagner<br>Angela Wagner |
| **Lizenzverlängerungen** | Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche<br>Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere<br>Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)<br>Übungsleiter B Sport in der Prävention |
| **Gesunder Körper, gesunder Geist** | 14.10. - 15.10. : Eichstätt-Rebdorf |

| | |
|---|---|
| **Informationen zur Verpflegung** | Verpflegung kann leider nicht gestellt werden.<br>Supermärkte sind nur mit dem PKW erreichbar (zu Fuß 30 Minuten). |
| **Meldeschluss** | 04.10.2023 |
| **Anzahl der Plätze** | 25 |
| **Veranstalter** | Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportbezirk Oberbayern |
| **Ansprechpartner** | Michael Reiß, michael.reiss@blsv.de |