

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

AB IN DIE MITTE!

Veranstaltungsnummer	102FB0822
Start- / Enddatum	03.12.2022 - 04.12.2022
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Hans-Glas Turnhalle Dr.-Josef-Hastreiter-Straße 20,84130 Dingolfing
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 102FB0822 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Ein Programm, das euch mental und physisch in eure Mitte bringt. Freut euch auf eine entspannte Veranstaltung mit einer Portion Kraft und Mobilisation. Inhalte Schlagworte: Körperwahrnehmung, Gleichgewicht und Stabilität bis ins reife Alter, Kräftigung der notwendigen Muskulatur im Hinblick auf sport-/alltagsbezogene Haltungs- und Bewegungsaspekte.
Inhalte	Hier lernst du die Zusammenhänge einzelner Übungsmethoden und wie du diese zum Erreichen des Trainingsziels bei unterschiedlich sportlichen Gruppen bis hin zum Präventionssport einsetzt. Erfahre, wie Körper und Geist zusammenwirken und du so mehr Bewegungsökonomie erreichst. Gemeinsam erarbeiten wir uns typische Stundenbilder.
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein volle Sporttauglichkeit
Sonstige Informationen	Von den Teilnehmern mitzubringen sind: Schreibsachen!, Sportsachen für drinnen und draußen, Gymnastikmatte, Kleingeräte soweit vorhanden (Bsp.: kl. Gymnastikball, Tennisball, Wärmflasche, Ballkissen, Schaumstoff-Block, leerer Joghurtbecher, mit Sand oder Wasser halb volle PET-Flasche, Ring-/Schlaufenbänder). Voraussetzung: Volle Sporttauglichkeit Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenz-Verlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen 15 Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, Ihre Lizenz zu verlängern! Eine Aufteilung bzw. Kombination der 15 Unterrichtseinheiten mit anderen Fortbildungsmaßnahmen ist bei diesem Lehrgang nicht möglich. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.
Veranstaltungsleitung	
Referenten	Franz Xaver Biendl

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

Unterricht in Theorie und Praxis

03.12. - 04.12. : Hans-Glas Turnhalle

Meldeschluss

20.11.2022

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Niederbayern

Ansprechpartner

Tobias Riedl, riedl@blsv-niederbayern.de