

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

DIE VIELFALT MACHT´S! - DURCH VIELFALT DIE FITNESS IN DER SPORTHALLE ERHALTEN ODER STEIGERN

Veranstaltungsnummer	10208FB0123
Start- / Enddatum	12.11.2023 - 12.11.2023
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Mehrzweckhalle Ruhmannsfelden Am Lerchenfeld 7,94239 Ruhmannsfelden
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10208FB0123 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<p>Ein Tag voller Bewegung und Freude erwartet unsere Übungsleiter, wenn sie sich auf den bevorstehenden Sporttag einlassen. Denn hier dreht sich alles um die Vielfalt, die Fitness in der Sporthalle auf ein neues Level heben kann. Spielerisch werden Beweglichkeit und Ausdauer trainiert, und im Zirkel gehen wir an die eigenen Grenzen, um unsere körperlichen Fähigkeiten auszuloten. In spannenden Bewegungslandschaften sammeln wir neue Erfahrungen und erweitern unseren Horizont. Doch dieser Tag bietet nicht nur körperliche Herausforderungen, sondern auch eine Chance, unsere Gesundheit zu fördern und dabei jede Menge Spaß und Freude zu erleben, dank eines vielfältigen Trainingsangebots. Groß- und Kleingeräte, sowie das Körpereigengewicht, kommen zum Einsatz, um die Übungsleiter in ihren Fähigkeiten zu fordern und zu fördern. Doch nicht nur die physische Belastung steht im Mittelpunkt, sondern auch die Möglichkeit, Entspannung zu spüren und die innere Balance zu erhalten. Denn nur wenn Körper und Geist im Einklang sind, können wir unser volles Potential ausschöpfen. Der Sporttag für Übungsleiter umfasst insgesamt 8 Unterrichtseinheiten, in denen wir gemeinsam an unserer Fitness arbeiten und uns dabei gegenseitig motivieren. Denn durch die Vielfalt der Übungen und Aktivitäten werden wir nicht nur körperlich stärker, sondern auch als Team enger zusammenwachsen. Wir freuen uns auf einen Tag voller Bewegung, Spaß und gemeinsamer Erfahrungen, der uns nicht nur in unserer sportlichen Leistungsfähigkeit, sondern auch in unserer persönlichen Entwicklung voranbringt. Lasst uns die Vielfalt nutzen, um unsere Fitness in der Sporthalle auf ein neues Level zu heben!</p>
Inhalte	Zirkeltraining Bewegungslandschaften Groß- und Kleingeräte
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Bitte mitbringen: Geeignete Sportkleidung, Turnmatte, Verpflegung
Veranstaltungsleitung	

Referenten	Eugen Hohenwarter Erika Kammerl
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	12.11. - 12.11. : Mehrzweckhalle Ruhmannsfelden
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.
Meldeschluss	05.11.2023
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Regen
Ansprechpartner	Tobias Riedl, riedl@blsv-niederbayern.de