

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

RÜCKENFIT

Veranstaltungsnummer	103FB0524
Start- / Enddatum	23.11.2024 - 24.11.2024
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Rehbühlschule Adalbert-Lindner-Straße 9,92637 Weiden
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 103FB0524 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Viele Menschen bewegen sich zu wenig, Sitzen ist sogar das neue Rauchen. Besonders betroffen von Bewegungsmangel ist unsere Wirbelsäule. Der Lehrgang stellt verschiedene Trainingsmöglichkeiten und Bausteine für ein ganzheitliches Rückentraining vor. Wie lassen sich insbesondere Männer zum Training motivieren? Neben der Beantwortung dieser Frage werden in Theorie und Praxis geeignete Bewegungsangebote für die zweite Lebenshälfte vorgestellt, damit auch Männer „rückenfit“ bleiben.
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	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:

Diese Fortbildung wird mit 15 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Bitte beachten Sie die aktuellen Gültigkeiten und Verlängerungsmodalitäten für Ihrer Lizenz: <https://www.blsv-qualinet.de/verlaengerungsmodalitaeten.html>

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, eine Teilnahmebestätigung auszustellen!

Organisatorische Hinweise

ZUM LEHRGANG MITZUBRINGEN:

- Hallenbekleidung/Hallenschuhe
- Gymnastikmatte
- Handtuch

Übernachtungsmöglichkeit muss bei Bedarf selber organisiert werden.

LEHRGANGSZEITEN:

Samstag von 08:15 Uhr bis ca. 16:00 Uhr inkl. Pausen

Sonntag von 08:15 Uhr bis ca. 13:00 Uhr

Der genaue Programmablauf sowie wichtige Veranstaltungsinformationen werden ca. 2 Wochen vor der Veranstaltung an die Teilnehmer versendet.

Veranstaltungsleitung

Ralf Bernowsky

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 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.

Rückenfit

23.11. - 24.11. : Rehbühlschule

Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied

90,00 € buchbar bis **31.08.2024**

Informationen zur Verpflegung

Selbstverpflegung

Meldeschluss

10.11.2024

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberpfalz

Ansprechpartner

Thomas Fink, thomas.fink@blsv.de