

## ÜL-FORTBILDUNG 5 UE

### FIT-MIX (SCHWARZENBACH)

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10403FB0123
<b>Start- / Enddatum</b>	11.11.2023 - 11.11.2023
<b>Dauer</b>	5 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Grundschulturnhalle Schwarzenbach Breslauer Str. 9,95126 Schwarzenbach a. d. Saale
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10403FB0123 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	<p><b>Noppenkissen</b> Intensive Trainingsmethode zur Haltungsverbesserung, Körperstabilisation, Balance sowie Training für die Gelenk,- und Wirbelsäulenmuskulatur.</p> <p><b>Core Circuit</b> Körperstabilisation mit Kräftigung der Bauch,- Rücken,- Schulter,- Armmuskulatur (ohne Gerät)</p> <p><b>Gehirntraining und Bewegung</b> Übungen und Spiele zur Verbesserung von Reaktion, Koordination, Gewandtheit, Schnelligkeit, usw.</p> <p><b>Stuhlfitness</b> Kraftausdauer, Beweglichkeit, Balance und Koordination.</p>
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Trainingsmethode, Haltungsverbesserung</li><li>■ Core Circuit</li><li>■ Gehirntraining und Bewegung</li><li>■ Stuhlfitness</li></ul>
<b>Zielgruppe</b>	Für Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Nachwuchskräfte und Interessierte.
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Bitte Gymnastik-Matten mitbringen. Geräte bringt der Referent mit.  Unterrichtszeit: 09:45 - 14:15 Uhr  (Änderungen vorbehalten)

## Organisatorische Hinweise

### Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an:

Bayerischer Landes-Sportverband e.V.  
Lizenzmanagement  
Georg-Brauchle-Ring 93  
80992 München  
Email: [uebungsleiter@blsv.de](mailto:uebungsleiter@blsv.de)

- Original-Übungsleiterlizenz bzw. Vereinsmanagerlizenz
- Kopie(n) der Teilnahmebestätigung(en)
- [PsG-Selbstverpflichtung](#)
- Kontaktdaten, insbesondere aktuelle E-Mailadresse

## Veranstaltungsleitung

Renate Kupijai

## Referenten

Gerhard Ellinger

## Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)  
Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche  
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere  
Übungsleiter B Sport in der Prävention

## Veranstaltungsbestätigung

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich. Bitte beachten Sie die [Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen](#).

## Termin

11.11. - 11.11. :

## Informationen zur Verpflegung

Getränke kostenlos vor Ort, für Verpflegung muss bitte selbst gesorgt werden.

## Meldeschluss

04.11.2023

## Anzahl der Plätze

30

## Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Hof

## Ansprechpartner

Martin Tupy, [oberfranken@blsv.de](mailto:oberfranken@blsv.de)