

## ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

### YOGA

<b>Veranstaltungsnummer</b>	106FB0520
<b>Start- / Enddatum</b>	21.03.2020 - 22.03.2020
<b>Dauer</b>	15 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Miltenberg J. Butzbach Gymnasium Martin Vierengel Straße 4,63897 Miltenberg
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 106FB0520 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	Yoga ist ein uraltes und bewährtes Übungssystem für Körper, Geist und Seele. Die Teilnehmer erhalten Einblick in die verschiedenen Yoga-Wege. Im Hatha-Yoga, dem körperorientierten Yoga, werden Grundtechniken in den Körperhaltungen (Asanas), in den Atemtechniken (Pranayama) und in der Entspannung (Shavasana) vermittelt. Der Sonnengruß (Surya Namaskar), der auch losgelöst geübt werden kann, ist eine dynamische Abfolge von Bewegungen. Er regt den Kreislauf an, weckt Lebensenergie und schenkt Selbstvertrauen.
<b>Inhalte</b>	Einführung in die verschiedenen Yoga-Wege
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Die Übungsleiter-C-Lizenzen (Breitensport) sind verbindlich am 1. Lehrgangstag bei der Lehrgangsleitung abzugeben. Trainer-C-Lizenzen müssen von Ihnen bei den jeweiligen Sportfachverbänden selbst zur Verlängerung eingereicht werden.  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.
<b>Organisatorische Hinweise</b>	Lehrgangszeiten: Samstag (9 UE) von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr + 12:30 bis 16:15 Uhr Sonntag (6 UE) von 09:00 Uhr bis 11:15 Uhr + 11:45 Uhr bis 14:00 Uhr Verwaltungsarbeiten jeweils ab 08:30 Uhr  Zum Lehrgang mitzubringen sind: - Schreibunterlagen - Sportbekleidung Yogamatte bequeme und warme Kleidung Decken & Kissen

<b>Veranstaltungsleitung</b>	Klaus Kühnapfel
<b>Referenten</b>	Marion Kauppert
<b>Lizenzverlängerungen</b>	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport für Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention
<b>Veranstaltungsbestätigung</b>	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 <a href="http://www.blsv-qualinet.de">www.blsv-qualinet.de</a> abgerufen werden
<b>Wochenendlehrgang</b>	21.03. - 22.03. :
<b>Informationen zur Verpflegung</b>	Für Verpflegung haben die Teilnehmer selbst zu sorgen.
<b>Meldeschluss</b>	15.03.2020
<b>Anzahl der Plätze</b>	30
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Unterfranken
<b>Ansprechpartner</b>	Michaela Straub, <a href="mailto:michaela.straub@blsv.de">michaela.straub@blsv.de</a>