

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### RÜCKENTRAINING UND MEHR

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10710FB0324
<b>Start- / Enddatum</b>	13.01.2024 - 13.01.2024
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Turn- und Festhalle Maria-Thann Maria Thann Nr. 34,88145 Hergatz OT Maria Thann
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10710FB0324 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	An diesem Tag werden dir Updates aus den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Rückentraining in Theorie & Praxis nahegebracht. Ein modernes Rückentraining beinhaltet Kräftigungs-, Koordinations-, Mobilisations- und Stabilisationstraining. Darauf aufbauend bekommst du einem praxisintensiven Lehrgang mit vielseitig einsetzbaren Ideen und Anregungen.
<b>Inhalte</b>	Theorie und Praxis mit dem Redondoball, Mini-Loop sowie Faszienbällen &-rollen
<b>Zielgruppe</b>	Übungsleiter und Interessierte
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	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 <a href="#">hier</a>
<b>Organisatorische Hinweise</b>	Veranstaltungszeit: 08:30 - 16:00 Uhr Bitte mitbringen: Sportsachen indoor, Gymnastikmatte, Handtuch, Schreibzeug.
<b>Dokumente</b>	PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Heike Kirchmann
<b>Referenten</b>	Andrea Stadelmann
<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 in der Prävention
<b>Samstag</b>	13.01. - 13.01. : Turn- und Festhalle Maria-Thann
<b>Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied</b>	<b>55,00 €</b>

**Informationen zur  
Verpflegung**

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

**Meldeschluss**

12.01.2024

**Anzahl der Plätze**

30

**Veranstalter**

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Lindau

**Ansprechpartner**

Robert Häfele, [robert.haefele@blsv-schwaben.de](mailto:robert.haefele@blsv-schwaben.de)