

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### SPORTARTÜBERGREIFENDES TRAININGSANGEBOT ALS BASIS FÜR MEHR LEISTUNG

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10710FB0323
<b>Start- / Enddatum</b>	09.09.2023 - 09.09.2023
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Sporthalle Heimenkirch Lindauer Str. 20,88178 Heimenkirch
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10710FB0323 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	Durch die Förderung aller Motorische Fähigkeiten können wir durch kleine Nuancen verschiedenste Sportarten und Leistungsstärken in ein Konzept passen. Koordination brauchen Senioren genauso, wie auch Sportler verschiedenster Ausrichtung, genauso wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Schnelligkeit. So werden in diesem Lehrgang Aspekte der Neuroathletik, der Spiraldynamik, Core-Training, Pilates, Life Kinetik, Wirbelsäulengymnastik, HIIT und vieles mehr so kombiniert, dass der Einsatz für den Gesundheitssport ebenso möglich ist, wie für beispielsweise für Ballsportarten oder jeder anderen Sportart. Nur aus einer guten Basis heraus lassen sich Gesundheit fördern und Leistung steigern.
<b>Inhalte</b>	Förderung motorischer Fähigkeiten Koordination für jedes Alter Gesundheitssport nach verschiedenen Methoden ( z. B. Core-Training, Pilates, Life Kinetik, Wirbelsäulengymnastik)
<b>Zielgruppe</b>	Übungsleiter und Interessierte
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Veranstaltungszeit: 08:30 - 16:30 Uhr Bitte mitbringen: Hallenschuhe, Sportkleidung, Matte und Schreibzeug.
<b>Dokumente</b>	PsG_Selbstverpflichtung_2022.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	
<b>Referenten</b>	Werner Fehr Heike Kirschnek
<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>	09.09. - 09.09. : Sporthalle Heimenkirch
<b>Informationen zur Verpflegung</b>	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

<b>Meldeschluss</b>	02.09.2023
<b>Anzahl der Plätze</b>	30
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Lindau
<b>Ansprechpartner</b>	Robert Häfele, <a href="mailto:robert.haefele@blsv-schwaben.de">robert.haefele@blsv-schwaben.de</a>