

## ÜL-FORTBILDUNG 5 UE - SPORT DER ÄLTEREN

### SANFTES TRAINING MIT GROßER WIRKUNG: KRÄFTIGUNG, KOORDINATION UND ENTSPANNUNG MIT SPAßFAKTOR

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10610FB0121
<b>Start- / Enddatum</b>	18.09.2021 - 18.09.2021
<b>Dauer</b>	5 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Niederlauer, Gemeinde-Sporthalle Turmstraße, 97618 Niederlauer
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10610FB0121 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	<p>Maori-Fighting: Sanftes Training mit großer Wirkung! Wir verbinden Elemente aus dem Haka-Kriegstanz der Maori; traditionellem Kung-Fu und elementarem Tai-Chi. Speziell komponierte Musik im ¾-Takt lässt die Stunde zu einem besonderen Erlebnis werden.</p> <p>Ballooning: Kräftigung und Koordination mit dem Luftballon; effektives Training mit Spaßfaktor – überraschend anders.</p> <p>Stretching und Relaxing: Wellness total zum Stundenausklang; Genieße wohltuendes Dehnen und erlebe verschiedene Entspannungsvarianten</p>
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Maori-Fighting</li><li>- Ballooning</li><li>- Stretching und Relaxing</li></ul>
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	<p>Dieser Lehrgang wird mit 5 UE zur Lizenzverlängerung anerkannt.</p> <p>Zur Lizenzverlängerung reichen Sie Ihre Originalübungsleiterlizenz mit dem Nachweis der insgesamt notwendigen Unterrichtseinheiten zur Verlängerung ein. Trainer-C-Lizenzen müssen von Ihnen bei den jeweiligen Sport-Fachverbänden selbst zur Verlängerung eingereicht werden.</p> <p>Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenzverlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich Ihre Lizenz zu verlängern! Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.</p>

## Organisatorische Hinweise

### HYGIENESCHUTZKONZEPT

Aufgrund der derzeitigen Corona-Pandemie, ist das Hygieneschutzkonzept, das den Teilnehmer\*innen, zeitnah zum Lehrgang in einer gesonderten Mail zugeht, zwingend einzuhalten!

**WICHTIGER HINWEIS** (zusätzlich zum bestehenden Konzept):  
Die Nutzung von Duschen und Umkleiden sind NICHT gestattet.  
Alle Unterlagen stehen auch in Ihrem Account unter [www.blsv-qualinet](http://www.blsv-qualinet) unter "MyQualinet" zum Download zur Verfügung

Zum Lehrgang mitzubringen sind:

- Schreibunterlagen
- Sportbekleidung (zum Wechsel; ggf. warme Kleidung)
- eigene Gymnastikmatte/Sportmatte
- eigene Verpflegung/Getränke
- Mund- Nasenbedeckung (incl. Ersatz)
- Handdesinfektion – ggf. Einmalhandschuhe

Lehrgangszeiten:

Samstag (5 UE) von 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Verwaltungsarbeiten ab 08:30 Uhr

#### Dokumente

BLSV\_BSJ\_Bildung\_Hygieneschutzkonzept\_Bildungsveranstaltungen\_2021-09-01.pdf

#### Veranstaltungsleitung

Astrid Limpert

#### Referenten

Monika Engelhardt

#### Lizenzverlängerungen

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

#### 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](http://www.blsv-qualinet.de) abgerufen werden

#### Tageslehrgang 5 UE

18.09. - 18.09. :

#### Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

**30,00 €**

#### Informationen zur Verpflegung

Für Verpflegung haben die Teilnehmer selbst zu sorgen.

#### Meldeschluss

15.08.2021

#### Anzahl der Plätze

25

#### Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Rhön - Grabfeld

**Ansprechpartner**

Michaela Straub, [michaela.straub@blsv.de](mailto:michaela.straub@blsv.de)