ONLINESEMINAR ÜL-FORTBILDUNG 2 UE

RUND UM DIE WIRBELSÄULE

Veranstaltungsnummer	302WEB4921
Start- / Enddatum	11.02.2021 - 11.02.2021
Dauer	2 UE
Veranstaltungsort	Online ,10000 Internet
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302WEB4921 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Unser Alltag spiegelt sich in unserem Körper wieder. In diesem Onlineseminar erhältst du Tipps, welche Übungen du in deine Stunden einbauen kannst, um Rückenproblemen entgegenzuwirken, bekannte Übungen zu überdenken und gegebenenfalls zu ändern. Du erfährst, warum der Beckenboden so wichtig ist und lernst eine Atemübung für einen schmerzfreien Rücken kennen. Wir runden das Onlineseminar mit einer Entspannungsgeschichte ab.
Inhalte	- Atemübung schmerzfreier Rücken - Wirbelsäulengymnastik unter Betrachtung des Alltages - Ideen für Stundengestaltung - Wirbelsäule und Beckenboden
Zielgruppe	Übungsleiter/Trainer in Sportvereinen, (Sport-)Studierende, Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Am Tag vor dem Onlineseminar bekommen alle gebuchten Teilnehmer einen Zugangslink zur Anmeldung per E-Mail zugeschickt. Nach Betätigung des Zugangslinks müssen Sie Vor-, Nachnamen und E-Mailadresse eingeben. Um auf die Onlineseminarplattform zu gelangen, müssen Sie 1. den neuen Zugangslink aus der Bestätigungs-E-Mail betätigen 2. der anschließenden Aufforderung, die Benutzeransicht der Onlineseminarplattform (Webinar Launcher) für die Dauer des Onlineseminars zu speichern, nachkommen 3. in ihren Downloads die Datei ausführen Das System erklärt die Schritte im Einzelnen. Falls die Startuhrzeit des Onlineseminars noch nicht erreicht ist, bekommen Sie eine Ansicht mit Informationen zum Onlineseminar und die Aufforderung mit der Bitte zu warten.
Organisatorische Hinweise	Sie können bequem von zuhause an dem Onlineseminar teilnehmen. Sie benötigen einen internetfähigen Computer mit Audioausgang.

Dokumente	302WEB4921_Handout_Rund_um_die_Wirbelsaeule.pdf
Veranstaltungsleitung	
Referenten	Petra Silberbauer
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention Übungsleiter B Sport für Ältere Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport im Elementarbereich
Rund um die Wirbelsäule	11.02. - 11.02. :
Meldeschluss	09.02.2021
Anzahl der Plätze	450
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de