

## ÜBUNGSLEITER B SPORT IN DER PRÄVENTION

### PROFIL STRESSBEWÄLTIGUNG UND ENTSPANNUNG

Veranstaltungsnummer	302BPRAE0426
Start- / Enddatum	06.10.2026 - 09.10.2026
Dauer	30 UE
Veranstaltungsort	Sportschule Oberhaching ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302BPRAE0426 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Beschreibung	Für die Zulassung zur Übungsleiter B Ausbildung ist ein Praxisjahr nötig. Aufgrund dieser Voraussetzung muss zwischen der Ausstellung der 1. Lizenzstufe und dem Abschluss der 2. Lizenzstufe ein Jahr liegen. Die Ausbildung darf bereits früher begonnen werden, jedoch ist es nicht möglich die Ausbildung vor Ablauf dieses Jahres abzuschließen. Nachdem Sie den Basiskurs der Ausbildung ÜL B Sport in der Prävention bzw. die Ausbildung ÜL B Sport in der Prävention absolviert haben, können Sie sich zu der Profil-Ausbildung weiterqualifizieren.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entstehung von Stress</li><li>- Didaktisches und methodisches Vorgehen</li><li>- Körperwahrnehmung, Körperreisen und einfache Massagetechniken</li><li>- Entspannung durch Bewegung</li><li>- Entspannende Wirkung der Atmung</li><li>- Einführung in die Progressive Muskelrelaxation</li><li>- Einführung in Yoga</li><li>-- Einweisung in das standardisierte Programm „Entspannung und Bewegung“ mit Erhalt eines Zertifikats zur Beantragung des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT. Mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT werden qualitativ hochwertige Präventionssportangebote ausgezeichnet. Aus diesem Grund ist es ein sehr gutes Marketinginstrument für Sportvereine, um neue Interessenten zu gewinnen.</li></ul>
Teilnahmevoraussetzungen	gültige 1. Lizenzstufe (ÜL-C oder Tr-C) Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein ÜL-B Sport i. d. Präv. - Basiskurs (30 UE) oder abgeschlossene Lizenz ÜL-B Präv. Praxisjahr zwischen 1. und 2. Lizenzstufe. Zwischen der Ausstellung der 1. Lizenzstufe und dem Abschluss der 2. Lizenzstufe muss ein Jahr liegen.
Sonstige Informationen	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 [hier](#).

#### Organisatorische Hinweise

bringen Sie bitte folgendes zum Lehrgang mit:

- warme Bekleidung
- evtl. eine kleine Decke
- Trinkflasche (in der Sportschule gibt es zwei Wasserspender zum Nachfüllen)
- Schwimmbad und Sauna können in der Freizeit benutzt werden (Handtücher bitte selbst mitbringen).

#### Referenten

Klaus Schaffer

#### Prüfungsinformationen

Der Lehrgang schließt mit einem Lehreignungstest ab.

#### Lizenzverlängerungen

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

#### Veranstaltungsbestätigung

Nach erfolgreichem Abschluss und Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, eine Urkunde und den Eintrag ÜL B Sport in der Prävention - Profil Stressbewältigung und Entspannung in die ÜL-Lizenz.

#### Termine

06.10. - 09.10.

#### Veranstaltungspreis BLSV-

**385,00 €**

#### Mitglied Sportschule

#### Oberhaching

#### Doppelzimmer

#### Veranstaltungspreis

**370,00 €**

#### Frühbucher BLSV-Mitglied

#### Sportschule Oberhaching

#### Doppelzimmer

#### Informationen zur Übernachtung

Im Veranstaltungspreis ist die Übernachtung im Doppelzimmer an der Sportschule Oberhaching inbegriffen.

#### Informationen zur Verpflegung

Im Veranstaltungspreis ist die Vollverpflegung an der Sportschule Oberhaching inbegriffen.

#### Meldeschluss

22.09.2026

#### Anzahl der Plätze

20

#### Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung

#### Ansprechpartner

Ressort Bildung, [bildung@blsv.de](mailto:bildung@blsv.de)