

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

ATHLETIKTRAINING 360° - GANZHEITLICHE ENTWICKLUNG FÜR ÜBUNGSLEITERINNEN UND ÜBUNGSLEITER

Veranstaltungsnummer	10114FB0626
Start- / Enddatum	03.10.2026 - 04.10.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Schulturnhalle Olching ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10114FB0626 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<p>Die Prinzipien des Athletiktrainings sind nicht nur für ProfisportlerInnen revolutionär, sondern auch für jeden Einzelnen der Schlüssel zu einem gesünderen, leistungsfähigeren und erfüllteren Leben.</p> <p>Es geht darum, den Körper ganzheitlich zu stärken und zu optimieren. Anders als reines Krafttraining konzentriert sich Athletiktraining auf die Entwicklung von: Funktionaler Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination.</p> <p>Diese Fähigkeiten sind nicht nur auf dem Spielfeld entscheidend, sondern auch im Berufsleben, bei der Bewältigung des Alltags oder einfach um schmerzfrei durchs Leben zu gehen.</p> <p>Gerade im Vereinssport ist das Athletiktraining unverzichtbar. TrainerInnen, die hier auf fundierte Grundlagen und moderne Trainingsmethoden setzen, gewährleisten nicht nur das sichere Training ihrer AthletInnen, sondern fördern auch deren ganzheitliche Entwicklung. Wer lernt, die AthletInnen nicht nur in Ihrer Sportart, sondern auch in ihren körperlichen Grundlagen zu stärken, wird kontinuierliche Verbesserung erzielen und lernen effizienter zu coachen.</p>
Was Dich erwartet:	<ul style="list-style-type: none">- Fundierte Grundlagen: Versteh Anatomie, Physiologie und Biomechanik ganz praxisnah.- Moderne Trainingsmethoden: Lerne den effektiven Einsatz von Plyometrie und die faszinierende Welt der Neuroathletik kennen, um Leistung und Koordination zu optimieren.- Ganzheitliche Athletenentwicklung: Verbessere gezielt Kraft, Schnelligkeit, Agilität, Stabilität und Beweglichkeit.- Sicherer Training: Verletzungsprävention und Regeneration, damit Deine Athleten fit bleiben.- Effizientes Coaching: Verbessere Deine Kommunikations- und Motivationsfähigkeiten und lerne, wie du auch große Gruppen optimal managst und Deine knappe Trainingszeit maximal nutzt. <p>Keine Foto- oder Videoaufnahmen während des Lehrgangs.</p>

Teilnahmevoraussetzungen

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Sonstige Informationen

PSG - SELBSTVERPFLICHTUNGSERKLÄRUNG

Seit dem 01.01.2022 ist es notwendig, neben den bisherigen Unterlagen zur Lizenzausstellung und Lizenzverlängerung auch die sogenannte PsG-Selbstverpflichtungserklärung einzureichen. Ohne diese unterschriebene Erklärung ist eine Ausstellung bzw. Verlängerung von Lizenzen nicht möglich.

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](#).

VERLÄNGERUNGSMODALITÄTEN VON BLSV-LIZENZEN:

Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenz-Verlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen 15 Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebestätigung auszustellen. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz. Sie erhalten nach erfolgreichem Abschluss und der 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 abgerufen werden.

Wenn Sie die nötigen Unterrichtseinheiten für Ihre Lizenzverlängerung besucht haben, schicken Sie uns bitte folgende Unterlagen per E-Mail an uebungsleiter@blsv.de:

- Ihre BY-Nummer oder Ihren vollen Namen mit Geburtsdatum.
-
- Die Teilnahmebestätigungen aller besuchten Fortbildungslehrgänge.
-
- Die ausgefüllte und unterschriebene Selbstverpflichtungserklärung zur PsG (PSG-Selbstverpflichtung).

Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.

Organisatorische Hinweise

Veranstaltungszeiten:

Samstag: 09:00-17:30 Uhr
Sonntag: 09:00-13:30 Uhr

Bitte mitbringen:

- Gymnastikmatte
- Wechselkleidung
- Handtuch
- Schreibutensilien
- Verpflegung (Essen und Getränke)

Bitte beachten:

Wir weisen darauf hin, dass keine Fotos von oder Videoaufnahmen während der Schulung gemacht werden dürfen.

Veranstaltungsleitung

Traude Mandel

Referenten

Marion Liebig

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

Athletiktraining

03.10. 09:00 Uhr - 04.10. 13:30 Uhr

Veranstaltungspreis

100,00 € buchbar bis 11.07.2026

Frühbucher BLSV-Mitglied

110,00 €

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

Meldeschluss

18.09.2026

Anzahl der Plätze

25

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Fürstenfeldbruck

Ansprechpartner

Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de