

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

AUSDAUERSPORT

Veranstaltungsnummer	105FB0726
Start- / Enddatum	26.09.2026 - 27.09.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Berufsbildungswerk Rummelsberg ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 105FB0726 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">- Praxis in Laufen, Jogging, Walking und Nordic Walking- Medizinische Hintergründe über Veränderungen im physiologischen Bereich (Sauerstoffversorgung, Muskulatur, Haltungsapparat) durch Ausdauersport- Richtige Ausrüstung- Ernährung- Trainingslehre- Erwärmungs- und Dehnungsformen- Fehlererkennung und Fehlerkorrektur
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	<p>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 .</p> <p>Wenn Sie die nötigen Unterrichtseinheiten für Ihre Lizenzverlängerung besucht haben, schicken Sie uns bitte folgende Unterlagen per E-Mail (uebungsleiter@blsv.de)</p> <ul style="list-style-type: none">- Die Teilnahmebestätigung der besuchten Fortbildungslehrgänge- Die ausgefüllte und unterschriebene Selbstverpflichtungserklärung zur PSG (PSG-Selbstverpflichtung), wenn diese nicht schon beim Lehrgang abgegeben wurde.- Ihre BY-Nummer oder Ihren vollen Namen mit Geburtsdatum. <p>Bei Lizenzen von Fachverbänden (z. B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.</p>
Organisatorische Hinweise	Bei kurzfristigen Fragen oder Problemen am Veranstaltungstag erreichen Sie den Lehrgangsleiter Uli Nüßlein unter 0175/5351328.

Bitte Sportsachen Indoor und Outdoor, Nordic-Walking-Stöcke, Schreibsachen, kleinen Rucksack für Getränke, Pulsuhr (falls vorhanden) und Getränke mitbringen.

Anfahrtsbeschreibung siehe Link

<http://www.bbww-rummelsberg.de/kontakt-und-service/anfahrt/>

Jahreszeitlich angepasste Kleidung und Wechselkleidung/Schuhe für Halle und Freigelände sind mitzubringen.

Veranstaltungsleitung

Lizenzverlängerungen

Uli Nüßlein

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

Übungsleiter B Sport in der Prävention

Termin

26.09. - 27.09.

Veranstaltungspreis

Frühbucher BLSV-Mitglied

100,00 € buchbar bis **04.07.2026**

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

110,00 €

Informationen zur

Verpflegung

In der Mittagspause gibt es preisgünstige Möglichkeiten der Verpflegung.

Meldeschluss

25.09.2026

Anzahl der Plätze

20

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Mittelfranken

Ansprechpartner

Michaela Tesauero, mittelfranken@blsv.de