ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

GESUNDHEITSORIENTIERTES AUSDAUERTRAINING (GRETTSTADT)

Veranstaltungsnummer	106FB2527
Start- / Enddatum	27.11.2027 - 28.11.2027
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Grettstadt, Sporthalle des TSV Grettstadt 07 e.V. Sulzheimer Straße 22, 97508 Grettstadt
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 106FB2527 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	"Welche Bedeutung hat Bewegungsmangel im Zusammenhang mit Ausdauer und welche Folgen hat dieser? Warum ist Ausdauer überhaupt so wichtig? Welche Formen der Ausdauer gibt es und wie werden diese zielgruppengerecht und v. a. auch spielerisch vermittelt? Belastung und Regeneration sind der Weg zum Erfolg? Welche Rolle spielen HKL-System und Energiebereitstellung im Rahmen der Ausdauersteuerung? Diese Fragen und Zusammenhänge werden in Theorie und Praxis bearbeitet. Die TN erspüren ihren Wohlfühlpuls, gelangen vom Spaziergang über Walking zum sanften Laufen. Die TN sollen in Gruppen mit Belastungsparametern experimentieren und können diese unter Anleitung auf verschiedene Zielgruppen in der Vereinsarbeit einstellen."
Inhalte	- Ausdauertraining zielgruppengerecht und spielerisch - Belastung und Regeneration - Rolle des HKL-System und Energiebereitstellung - Vom Spaziergang über Walking zum Laufen
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	**PSG - Prävention sexualisierter Gewalt** 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 . **Anerkennung zur Lizenzverlängerung:** Diese Fortbildung wird mit 15 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung

ist nicht möglich. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.

Bitte beachten Sie die Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen
Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.

Organisatorische Hinweise	**Für den Lehrgang benötigen Sie:** Schreibmaterial, Sportkleidung **Veranstaltungszeiten:** Verwaltungsarbeiten jeweils ab 08:30 Uhr Sa 09:00 Uhr - 12:00 Uhr + 12:30 -16:15 Uhr So 09:00 Uhr - 11:15 Uhr + 11:45 Uhr - 14:00 Uhr (Änderungen vorbehalten) **Einreichung zur Lizenzverlängerung:** Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgende Unterlagen: - Die **Teilnahmebestätigungen aller Fortbildungslehrgänge** (eine Durchsuchung der Fortbildungen des jeweiligen Lizenzinhabenden im QualiNET wird nicht durchgeführt) - Die ausgefüllte und unterschriebene **Selbstverpflichtungserklärung zur PsG** (PSG-Selbstverpflichtungserklärung) - Bitte die **BY-Nummer** und die **aktuellen Kontaktdaten** angeben per Mail an: **uebungsleiter@blsv.de**
Veranstaltungsleitung	Sigrid Borst
Referenten	Martina Braun Petra Göpfert
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 Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung per mail zugesandt, bzw. steht Ihnen diese in Ihrem Account zum Download zur Verfügung.
Wochenendlehrgang 15 UE	27.11. 09:00 Uhr - 28.11. 14:00 Uhr
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**100,00 €** buchbar bis **04.09.2027**
Informationen zur Verpflegung	Bitte denken Sie daran, ausreichend Trinken und Essen mitzubringen. Es gibt vor Ort keine Verpflegungsmöglichkeiten.

Meldeschluss	16.10.2027
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Unterfranken
Ansprechpartner	Michaela Straub, michaela.straub@blsv.de