

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

GESUNDHEITSSPORT - PRÄVENTION UND FITNESS

Veranstaltungsnummer	105FB1426
Start- / Enddatum	05.12.2026 - 06.12.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Fürth, TV 1860 Fürth ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 105FB1426 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Längst hat der Gesundheitssport in die Vereinslandschaft Einzug gehalten und es gibt immer mehr Angebote in diesem Bereich. Doch gerade wenn es um Prävention und Fitness geht, gilt es nach speziellen Erkenntnissen zu trainieren, um so Herz-Kreislauf-System, Muskelapparat und Geist schonend, aber effektiv zu stärken. In diesem Lehrgang bekommen Sie neue wissenschaftliche Erkenntnisse, leicht umsetzbare Anregungen und essentielle Korrekturhinweise praxisnah und anwendungsorientiert vermittelt.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">- Theoretische Zusammenhänge Sport und Gesundheit- Ein Leben lang fit und gesund dank richtiger Übungsanpassung- Was können Gesundheitstrends und neue Sportgeräte?- Ausdauer und Aufwärmnen schonend integrieren- Kraftübungen für jedermann und überall- Koordination und Beweglichkeit zur Erhaltung der Alltagskompetenz- Entspannung und Regeneration
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
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 .
	Wenn Sie die nötigen Unterrichtseinheiten für Ihre Lizenzverlängerung besucht haben, schicken Sie uns bitte folgende Unterlagen per E-Mail (uebungsleiter@blsv.de) <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.
Bei Lizenzen von Fachverbänden (z. B. Turnverband) wenden Sie sich
bitte an den zuständigen Fachverband.

Veranstaltungsleitung

Thomas Neu

Lizenzverlängerungen

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

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

Übungsleiter B Sport in der Prävention

Termin

05.12. - 06.12.

Veranstaltungspreis

100,00 € buchbar bis **12.09.2026**

Frühbucher BLSV-Mitglied

110,00 €

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

Informationen zur Verpflegung

Keine Verpflegung vor Ort. Verpflegung muss selber mitgebracht werden.

Meldeschluss

04.12.2026

Anzahl der Plätze

60

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Mittelfranken

Ansprechpartner

Michaela Tesauro, mittelfranken@blsv.de