

## ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

### LONGEVITY – FIT UND GESUND BIS INS HOHE ALTER

Veranstaltungsnummer	103FB0226
Start- / Enddatum	13.06.2026 - 14.06.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Schule am Napoleonstein (Turnhalle) ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 103FB0226 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Beschreibung	Der Lehrgang greift den Trend „Longevity“ auf, der darauf abzielt, mit Bewegung als Baustein ein langes und gesundes Leben zu fördern.
Inhalte	- Sturzprävention - Osteoporose-Prävention - Sanftes Krafttraining - Gedächtnis- und Koordinationstraining - Spielerisch fit bleiben - Informationen zur Prävention sexualisierter Gewalt im Sport
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 <a href="#">hier</a> .

### VERLÄNGERUNGSMODALITÄTEN VON BLSV-LIZENZEN:

Diese Fortbildung wird mit 15 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Bitte beachten Sie die aktuellen Gültigkeiten und Verlängerungsmodalitäten für Ihrer Lizenz: <https://www.blsv-qualinet.de/verlaengerungsmodalitaeten.html>

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!

#### Organisatorische Hinweise

ZUM LEHRGANG MITZUBRINGEN:  
- Hallenbekleidung/Hallenschuhe

- Gymnastikmatte

Übernachtungsmöglichkeit muss bei Bedarf selber organisiert werden.

Anfahrt zur Turnhalle über Unterislinger Weg - Tulpenweg - Erikaweg;  
Lehrerparkplätze nutzbar

**LEHRGANGSZEITEN:**

Samstag von 08:15 Uhr bis ca. 16:00 Uhr inkl. Pausen  
Sonntag von 08:15 Uhr bis ca. 13:00 Uhr

Der genaue Programmablauf sowie wichtige  
Veranstaltungsinformationen werden ca. 2 Wochen vor der  
Veranstaltung an die Teilnehmer versendet.

Veranstaltungsleitung  
Lizenzverlängerungen

Walter Rosenkranz  
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

Sie erhalten nach erfolgreichem Abschluss und 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](http://www.blsv-qualinet.de) abgerufen werden.

Longevity 13.06. - 14.06.: Schule am Napoleonstein (Turnhalle)

Veranstaltungspreis **100,00 €** buchbar bis **21.03.2026**

Frühbucher BLSV-Mitglied  
Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied **110,00 €**

Informationen zur Verpflegung  
Selbstverpflegung

Meldeschluss 31.05.2026

Anzahl der Plätze 30  
Veranstalter Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberpfalz  
Ansprechpartner Thomas Fink, [thomas.fink@blsv.de](mailto:thomas.fink@blsv.de)