

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

SPASS AN DER BEWEGUNG MIT VIELEN TRAININGSIDEEN (BAYREUTH)

Veranstaltungsnummer	104FB0826
Start- / Enddatum	19.09.2026 - 20.09.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Realschule Alexander-von-Humboldt (R1)
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 104FB0826 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de

Beschreibung

BEWEGUNGS-SPASS MIT VIELEN TRAININGSIDEEN

Inhalte

- Effektive Kräftigungsübungen
- Fatburner & Bodystyling
- Einführung ins Walking inkl. 2 km-Test
- der gesundheitsorientierte Ausdauersport
- Warm up - verschiedene Varianten
- Rückenfit

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. Hier finden Sie einen [Link zu Ansprechpersonen der BSJ](#) sowie [weitere externe Anlaufstellen](#)

Organisatorische Hinweise

Sie benötigen Schreibmaterial, Sportkleidung für In- und Outdoor der Witterung angepasst und eine Gymnastikmatte. Bitte Schuhe für **drinnen** und **draußen** mitbringen!

Veranstaltungszeit:

Sa. 08:30 - 15:00 Uhr

So. 08:30 - 14:15 Uhr

(Änderungen vorbehalten)

Veranstaltungsleitung

Renate Kupijai

Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

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

	Gesundheit) Übungsleiter B Sport in der Prävention
Veranstaltungsbestätigung	<p>Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es <u>nicht</u> möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist <u>nicht</u> möglich. Bitte beachten Sie die Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen.</p> <p>Lizenzverlängerung Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an: E-Mail: uebungsleiter@blsv.de</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Bitte die BY-Nummer und die aktuellen Kontaktdaten angeben▪ Teilnahmebestätigung(en)▪ PsG-Selbstverpflichtung <p>Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.</p>
Termin	19.09. - 20.09.
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	100,00 € buchbar bis 27.06.2026
Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied	110,00 €
Informationen zur Verpflegung	Bitte denken Sie daran, ausreichend Trinken und Essen mitzubringen.
Meldeschluss	13.09.2026
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberfranken
Ansprechpartner	Martin Tupy, oberfranken@blsv.de