

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

SPASS AN DER BEWEGUNG MIT VIELEN TRAININGSIDEEN (WEISSENSTADT)

Veranstaltungsnummer	104FB0926
Start- / Enddatum	26.09.2026 - 27.09.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Turnhalle der Grund- und Hauptschule, Weißenstadt ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 104FB0926 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	BEWEGUNGS-SPASS MIT VIELEN TRAININGSIDEEN UND KLEINEN SPIELEN

Inhalte

- Effektive Kräftigungsübungen
- Fatburner & Bodystyling
- Einführung ins Walking inkl. 2 km-Test
- Herz-Kreislauf Training mit dem Springseil
- Kleine Spiele - auch für heterogene Gruppen
- 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. 09:00 - 14:45 Uhr

So. 09:00 - 15:30 Uhr

(Änderungen vorbehalten)

Veranstaltungsleitung

Renate Kupijai

Referenten

Astrid Hess

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

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich.
Bitte beachten Sie die Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen.

Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an:

E-Mail: uebungsleiter@blsv.de

- Bitte die Lizenznummer und die aktuellen Kontaktdaten angeben
- Teilnahmebestätigung(en)
- PsG-Selbstverpflichtung

Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.

Termin

26.09. - 27.09.

Veranstaltungspreis

Frühbisher BLSV-Mitglied

100,00 € buchbar bis **04.07.2026**

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

110,00 €

Informationen zur Verpflegung

Bitte denken Sie daran, ausreichend Trinken und Essen mitzubringen.

Meldeschluss

20.09.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberfranken

Ansprechpartner

Martin Tupy, oberfranken@blsv.de