

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

WIRBELSÄULE IM FOKUS - IM ALLTAG UND IM TRAINING

Veranstaltungsnummer	102FB0426
Start- / Enddatum	16.05.2026 - 17.05.2026
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Doppelturnhalle der Mittelschule Saal ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 102FB0426 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Die Wirbelsäule bildet das zentrale Bewegungselement des menschlichen Körpers und ist maßgeblich an Haltung, Bewegung, Stabilität und Leistungsfähigkeit beteiligt. Fehlhaltungen, Bewegungsmangel sowie einseitige oder falsche Belastung im Alltag und im Training zählen zu den häufigsten Rückenbeschwerden. In diesem Lehrgang erhältst du neue Ideen für die Planung und Durchführung deines wirbelsäulenorientierten Training in deinen Kursen. Dabei werden Mobilisations-, Kräftigungs-, und Stabilisationsübungen ebenso behandelt wie präventive und regenerative Maßnahmen.
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein volle Sporttauglichkeit
Sonstige Informationen	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, Ihre Lizenz zu verlängern! Eine Aufteilung bzw. Kombination der 15 Unterrichtseinheiten mit anderen Fortbildungsmaßnahmen ist bei diesem Lehrgang nicht möglich. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.
Organisatorische Hinweise	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 .
Referenten	Simone Schinköthe
Lizenzerlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-
	Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, 2 Tennisbälle und Schreibmaterial

Gesundheit)	
Übungsleiter B Sport in der Prävention	
Unterricht in Theorie und Praxis	16.05. 08:30 Uhr - 16.05. 16:45 Uhr
Unterricht in Theorie und Praxis	17.05. 08:30 Uhr - 17.05. 12:15 Uhr
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	100,00 € buchbar bis 21.02.2026
Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied	110,00 €
Meldeschluss	08.05.2026
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Niederbayern
Ansprechpartner	Tobias Riedl, riedl@blsv-niederbayern.de