ÜL-FORTBILDUNG 5 UE / GESUNDEN LEBENSSTIL ERHALTEN DURCH OPTIMALES TRAINING, ERNÄHRUNG, SCHLAF UND STRESSBEWÄLTIGUNG" - EINFÜHRUNG

SELF-LEARNING MITTELS EDUBREAK® / ORTS- UND ZEITUNABHÄNGIG

Veranstaltungsnummer	302WEB1526
Start- / Enddatum	01.04.2026 - 31.12.2026
Dauer	5 UE
Veranstaltungsort	Online , 10000 Internet
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302WEB1526 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Die orts- und zeitunabhängige Self-Learning Fortbildung bietet Übungsleitern und Trainern die Möglichkeit, ihr Wissen zum Thema gesunder Lebensstil zu vertiefen und die erlernten Inhalte in ihrer Tätigkeit im Verein anzuwenden. Es werden die Bereiche **Gesundheit, Optimales Training, Ernährung, Schlaf und Stress** beleuchtet. Um eine abwechslungsreiche und effektive Schulung zu gewährleisten, werden alle Themengebiete einzeln genauer betrachtet und im Detail besprochen.
Inhalte	* Gesundheit * Optimales Training * Ernährung * Schlaf * Stress
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	**PSG - Prävention sexualisierter Gewalt** 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 . **Anerkennung zur Lizenzverlängerung:** Diese Fortbildung wird mit 5 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich. Ebenso ist die persönliche aktive Mitarbeit beim

Lehrgang Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz. Bitte beachten Sie das Enddatum der Veranstaltung. Bei Überschreitung des Enddatums ist ein Wechsel in die gleiche Veranstaltung im Folgequartal nicht möglich.

Bitte beachten Sie die Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen .

Für den Lehrgang benötigen Sie:
Internetfähigen Computer mit Audioausgang
Eine spezielle Software wird nicht benötigt.

Organisatorische Hinweise

1. Buchen Sie das Seminar im QualiNET
2. Bezahlen Sie oder Ihr Verein die Teilnahmegebühr
3. Montags werden die Einladungslinks für die Lernplattform versendet
4. Sie erhalten von uns per Mail den Zugangslink zur virtuellen Lernplattform edubreak®. Bitte beachten Sie, dass der Link nur 72 Stunden gültig ist.
5. Sie führen die Lerneinheiten in edubreak® eigenständig in Ihrem Tempo durch. Jedoch spätestens bis zum 15.12.2026. Sie absolvieren alle Aufgaben erfolgreich und erhalten das Abschlusszertifikat.
6. Bitte beachten Sie, dass neben dem Abschlusszertifikat auch die Teilnahmebestätigung aus dem QualiNET Voraussetzung für die Lizenzverlängerung ist.

Einreichung zur Lizenzverlängerung:
Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgende Unterlagen per Mail an **uebungsleiter@blsv.de**

- Die **Teilnahmebestätigungen aller Fortbildungslehrgänge (inkl. Abschlusszertifikat)**
(eine Durchsuchung der Fortbildungen des jeweiligen Lizenzinhabenden im QualiNET wird nicht durchgeführt)
- Die ausgefüllte und unterschriebene **Selbstverpflichtungserklärung zur PsG** (PSG-Selbstverpflichtungserklärung)
- Ihre **BY-Nummer** und ihre **aktuellen Kontaktdaten**

Die verlängerte Lizenz erhalten Sie per E-Mail.

Referenten

Katrin Schreiber

Lizenzverlängerungen

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
Übungsleiter B Sport im Elementarbereich

Veranstaltungsbestätigung

Nach Bearbeitung aller gestellten Aufgaben und Ablauf des Veranstaltungszeitraums erhalten Sie ein Abschlusszertifikat in edubreak®.
Sie erhalten nach Bezahlung der Kursgebühren eine

Teilnahmebestätigung per E-Mail bzw. steht Ihnen diese in Ihrem QualiNET-Account per Download zur Verfügung.

So finden Sie alle Dateien (Rechnung und Teilnahmebestätigung) zu der entsprechenden Veranstaltung im QualiNET: www.blsv-qualinet.de – Login – MYQUALINET – Meine Buchungen – Details – Dateien zur Buchung.
Das Abschlusszertifikat erhalten Sie in Ihrem edubreak®-Account.

Termin	01.04. 09:00 Uhr - 31.12. 23:00 Uhr: Online
Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied	**45,00 €**
Meldeschluss	15.12.2026
Anzahl der Plätze	500
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung
Ansprechpartner	Ressort Bildung, bildung@blsv.de