

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### BLEIB IM TREND - SPORTLICH MOTIVIERT INS NEUE JAHR

Veranstaltungsnummer	10301FB0126
Start- / Enddatum	31.01.2026 - 31.01.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Schule am Napoleonstein (Turnhalle)
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10301FB0126 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"><li>- Motivation von innen und außen - die Basis für regelmäßige sportliche Aktivitäten. Der Übungsleiter als Motivationsförderer auf physischer und emotionaler Ebene.</li><li>- In kurzer Zeit ganz viel erreichen - Was bewirken "Micro-Workouts" und High-Intensity-Intervall-Training? Praktische Übungsbeispiele für ein abwechslungsreiches, gesundes und effizientes Kurzzeittraining</li><li>- Neuroathletik: Entdecke und probiere neue Funktionen deines Körpers, indem du die Verbindung zwischen Gehirn und Muskeln aktivierst. Die optimale Ergänzung zum bestehenden Training.</li></ul>
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 8 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Für die Verlängerung der BLSV-Übungsleiterlizenz benötigen Sie weitere Unterrichtseinheiten. 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 8 Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebestätigung auszustellen! Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.

## Organisatorische Hinweise

### ZUM LEHRGANG MITZUBRINGEN:

- Hallensportbekleidung und Hallenschuhe
- Gymnastikmatte
- Schreibutensilien

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

### LEHRGANGSZEITEN:

Tagesfortbildung (8 UE) von 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr inkl. Pausen

## Veranstaltungsleitung

Roswitha Gstettner

## Referenten

Sonja Pausch

## 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

## 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.

## Bleib im Trend

31.01. 09:00 Uhr - 31.01. 16:00 Uhr: Schule am Napoleonstein  
(Turnhalle)

## Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

**60,00 €**

## Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied

**55,00 €** buchbar bis **08.11.2025**

## Informationen zur Verpflegung

Selbstverpflegung

## Meldeschluss

25.01.2026

## Anzahl der Plätze

30

## Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Regensburg

## Ansprechpartner

Thomas Fink, [thomas.fink@blsv.de](mailto:thomas.fink@blsv.de)