

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

DIE PILATES METHODE - DEIN EINSTIEG

| | |
|---------------------------|---|
| Veranstaltungsnummer | 10702FB0126 |
| Start- / Enddatum | 18.04.2026 - 18.04.2026 |
| Dauer | 8 UE |
| Veranstaltungsort | Jakob-Brucker-Gymnasium (Neue Sporthalle) , |
| Anmeldung | Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10702FB0126 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de |
| Beschreibung | Gesunder und starker Rücken, aufrechte Haltung, geschmeidige Muskeln. Lerne die Prinzipien der effektiven Pilates-Trainingsmethode von Grund auf kennen: Die fließenden und kontrollierten Bewegungen bei Konzentration auf die Atmung sind für jedermann geeignet (Sporteinsteiger, ältere Menschen). Erlerne die Grundübungen in Theorie und Praxis - so verstehen wir Zusammenhänge und übertragen sie für unseren Teilnehmer in verschiedene Stundenmodelle. |
| Inhalte | Gesunder und starker Rücken Pilates als effektive Trainingsmethode |
| Zielgruppe | Übungsleiter und Interessierte am Sport |
| 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 hier . |
| Organisatorische Hinweise | Lehrgangszeit: 09:00 - 15:30 Uhr. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Handtuch, sowie Redondo-Ball. |
| | Wegbeschreibung: Von der Neugablonzer Straße in den Bleicherweg einbiegend kommt man direkt zum Parkplatz der Sporthalle (falls belegt, alternativ das Parkhaus am Kunsthau, Neugablonzer Str. 3, anfahren). |
| Veranstaltungsleitung | Sonja Zimmermann |
| Referenten | Anja Roller |
| 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 der 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 abgerufen werden.

Wenn Sie die nötigen Unterrichtseinheiten für Ihre Lizenzverlängerung besucht haben, schicken Sie uns bitte folgende Unterlagen per E-Mail an uebungsleiter@blsv.de:

- Ihre BY-Nummer oder Ihren vollen Namen mit Geburtsdatum.
-
- Die Teilnahmebestätigungen aller besuchten Fortbildungslehrgänge.
-
- Die ausgefüllte und unterschriebene Selbstverpflichtungserklärung zur PsG (PSG-Selbstverpflichtung).

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

Samstag

18.04. 09:00 Uhr - 18.04. 15:30 Uhr: Jakob-Brucker-Gymnasium (Neue Sporthalle)

Veranstaltungspreis

55,00 € buchbar bis **24.01.2026**

Frühbucher BLSV-Mitglied

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

60,00 €

Informationen zur Verpflegung

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen. In der Mittagspause gibt es Kaffee, Tee und Obst.

Meldeschluss

12.04.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Ostallgäu

Ansprechpartner

Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de