

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### FIT FÜR DEN SCHNEE

Veranstaltungsnummer	20709FB0326
Start- / Enddatum	17.10.2026 - 17.10.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Dreifachturnhalle Rain a. Lech ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20709FB0326 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Beschreibung	In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns zum einen mit sportartspezifischem Training und zum anderen mit abwechslungsreichen Möglichkeiten des Trainings der Herz-Kreislauf- und Muskelkraftausdauer, um Wintersportler optimal auf Skifahren und Snowboarden vorzubereiten. Die Praxis mit vielen Ideen für die Skigymnastik im Verein wird im Mittelpunkt stehen.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"><li>- Theorie und Praxis</li><li>- Training nach der Intervall- und Dauermethode</li><li>- Funktionelles Training für Wintersportler</li></ul>
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 <a href="#">hier</a> .
Organisatorische Hinweise	Mitzubringen sind geeignete Bekleidung und Schuhe für das Training in der Halle und eine Sportmatte. Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr
Veranstaltungsleitung	Simone Gläser
Referenten	Martina Braun
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

## 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](http://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](mailto: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

17.10. 09:00 Uhr - 17.10. 16:00 Uhr

Veranstaltungspreis  
Frühbucher BLSV-Mitglied

**55,00 €** buchbar bis **25.07.2026**

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

**60,00 €**

Informationen zur  
Verpflegung

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

Meldeschluss

03.10.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Donau-Ries

Ansprechpartner

Susanna Findeisen, [susanna.findeisen@blsv.de](mailto:susanna.findeisen@blsv.de)