

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FIT IN DEN WINTER

Veranstaltungsnummer	10705FB0426
Start- / Enddatum	14.11.2026 - 14.11.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TV Mering ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10705FB0426 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<p>BLock 1</p> <p>Gymnastikstab neu gedacht und mitgemacht: Dieses klassische Kleingerät bietet so viele Möglichkeiten. Tänzerisch genauso wie im funktionellen Training. Ob mit Partner oder alleine. Wir sollen ihn wieder öfter aus den Hallenschränken holen!</p> <p>Overball oder Rodondoball: Die Allesköninger der kleinen Bälle! Durch die unterschiedlich starke Festigkeit des Aufblasens bieten sie einen großen Variantenreichtum an Trainingsmöglichkeiten.</p> <p>BLock 2</p> <p>Schwingstab und Core Moves: Das etablierte propriozeptive Training mit dem Schwingstab lässt sich gerade im Gruppentraining sehr vielseitig in unterschiedlichen Stundenformaten einsetzen. Es können ganze Stundenformate als effektives Ganzkörper-Workout ausschließlich mit dem Schwingstab gestaltet werden.</p> <p>Core Moves: Bauchübungen, Mobilisationen und Dehnungen.</p>
Inhalte	Gymnastikstab neu gedacht Schwingstab und Core Moves
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
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	Veranstaltungszeit: 09:00 - 15:45 Uhr Bitte mitbringen: Gymnastikstab, Matte und Overball.
Veranstaltungsleitung	Inge Häuslmeier
Referenten	Heike Kirschnek Heiko Czichoschewski
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
Samstag	14.11. 09:00 Uhr - 14.11. 15:45 Uhr: TV Mering
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	55,00 € buchbar bis 22.08.2026
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.
Meldeschluss	08.11.2026
Anzahl der Plätze	60
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Augsburg-Stadt
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de