

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FLIESENDE BEWEGUNGEN KRAFT UND BALANCE

Veranstaltungsnummer	10703FB0127
Start- / Enddatum	23.10.2027 - 23.10.2027
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Doppelturnhalle Mindelheim Brennerstr. 4, 87719 Mindelheim
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10703FB0127 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Erlebe ein dynamisches Ganzkörpertraining Das fließende Bewegungen mit Kraft, Mobilität und Körperkontrolle verbindet. Healthy Workout-Ein physiologisches, effektives und vielseitiges Workout, für den ganzen Körper, das Kraft, Stabilität und Ausdauer trainiert..ideal um neue Trainingsimpulse zu setzen. Intervalltraining mit den Rubber Bands- Kraft trifft Dynamik: Intensives und effektives Training mit Widerstandsbändern. Durch den Wechsel von Belastung und Erholungsphasen werden Kraft -Ausdauer und Koordination gezielt gefördert.
Inhalte	Kraft und Mobilität Healthy-Workout Stabilität und Ausdauer Intervalltraining
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 - 16:00 Uhr. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.
Veranstaltungsleitung	Annemie Meixner
Referenten	Bettina Heß
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

23.10. 09:00 Uhr - 23.10. 16:00 Uhr: Doppelturnhalle Mindelheim

Veranstaltungspreis
Frühbucher BLSV-Mitglied

55,00 € buchbar bis **31.07.2027**

Informationen zur
Verpflegung

Kaffee und Kuchen werden gegen eine Kleine Spende bereitgestellt. Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

Meldeschluss

21.10.2027

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Unterallgäu - Memmingen

Ansprechpartner

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