ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FRISCHER WIND FÜR DEINE ÜL-STUNDEN

Veranstaltungsnummer	10709FB0127
Start- / Enddatum	17.04.2027 - 17.04.2027
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Turnhalle Nördlingen Augsburger Str. 8, 86720 Nördlingen
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10709FB0127 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Im Gegensatz zu isoliertem Training, das oft bestimmte Muskeln oder Muskelgruppen anspricht, zielt funktionelles Training darauf ab, mehrere Muskeln gleichzeitig zu aktivieren und Bewegungen zu fördern die im Alltag und die sportlichen Aktivitäten nützlich sind. Diese Fortbildung zeigt dir, wie du mit funktionellem Aufwärmen den perfekten Start in jede Trainingseinheit sicherst. Entdecke die Kraft des funktionellen Trainings zur ganzheitlichen Stärkung des Körpers und lerne innovative Bewegungstechniken für eine starke und gesunde Rückenmuskulatur. Abgerundet wird das Programm mit effektivem Stretching, welches deinen Teilnehmern hilft, ihre Beweglichkeit zu erhöhen und Verletzungen vorzubeugen.
Inhalte	Funktionelles Training mit Fokus Rückenfitness Aufwärmen Workouts Stretching
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	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:15 Uhr Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Handtuch
Veranstaltungsleitung	Evi Kühling
Referenten	Wolfgang Streitel
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	17.04. 09:00 Uhr - 17.04. 16:15 Uhr: Turnhalle Nördlingen
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**55,00 €** buchbar bis **23.01.2027**
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen. Kaffee und Kuchen wird angeboten
Meldeschluss	16.04.2027
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Donau-Ries
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de