

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FUNKTIONELLES TRAINING

Veranstaltungsnummer	10703FB0226
Start- / Enddatum	17.10.2026 - 17.10.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Doppelturnhalle Mindelheim ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10703FB0226 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Funktionelles Training versetzt den Fokus von einzelnen Muskelgruppen und lenkt ihn auf ganze Bewegungsketten und -abläufe mit klarer Funktionalität. In diesem Kurs werden den Teilnehmer/-innen die theoretischen Grundlagen des funktionellen Trainings vermittelt und mit praktischen Beispielen unterlegt. Dabei wird auf den richtigen Aufbau einer funktionellen Trainingseinheit eingegangen und insbesondere der präventive Nutzen von funktionellem Training herausgestellt gestellt.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">•Grundlagen des funktionellen Trainings•Elementare Bewegungsmuster•Erstellung eines Belastungsprofils•Aufbau einer funktionellen Trainingseinheit•Tests und deren Konsequenzen•Praxis
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	Marius Wurm
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 Lehrgangabschluss 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 Lizzenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.

Samstag

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

Veranstaltungspreis
Frühbisher BLSV-Mitglied

55,00 € buchbar bis **25.07.2026**

Veranstaltungspreis BLSV-
Mitglied

60,00 €

Informationen zur
Verpflegung

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

Meldeschluss

16.10.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

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

Ansprechpartner

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