

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

GESUND ÄLTER ZU WERDEN - GLEICHGEWICHT-BEWEGLICHKEIT-RUND UM DIE FÜSSE

| | |
|---------------------------|--|
| Veranstaltungsnummer | 107FB1726 |
| Start- / Enddatum | 13.06.2026 - 13.06.2026 |
| Dauer | 8 UE |
| Veranstaltungsort | TSG 1885 Augsburg-Lechhausen , |
| Anmeldung | Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 107FB1726 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de |
| Beschreibung | Verbesserung des Gleichgewichts und der Kraftverhältnisse (geeignet zur Sturzprävention und Vermeidung von Schonhaltungen). "Wieder einmal die Füße". Verbesserung von Stand- und Gangbild, Kräftigung und Stabilisierung von Fußgewölbe, Mobilisierung der Zehen, Knie, Hüfte und Rücken freuen sich über positive Auswirkungen. Training mit dem Handtuch - Verbesserung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination. QiGong - die 18 harmonischen Übungen, Energie im Körper kommen ins Gleichgewicht und somit in Einklang. |
| Inhalte | Verbesserung des Gleichgewichts "wieder mal die Füße" Training mit dem Handtuch QiGong |
| 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 - 15:45 Uhr Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Socken und Handtuch. |
| Veranstaltungsleitung | Inge Häuslmeier |
| Referenten | Heike Kirschnek |
| 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

13.06. 09:00 Uhr - 13.06. 15:45 Uhr: TSG 1885 Augsburg-Lechhausen

Veranstaltungspreis
Frühbisher BLSV-Mitglied

55,00 € buchbar bis **21.03.2026**

**Informationen zur
Verpflegung**

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

Meldeschluss

07.06.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Schwaben

Ansprechpartner

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