ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

INDIVIDUELLE YOGAPRAXIS UND VERLETZUNGSPROPHYLAXE STABILATES®

Veranstaltungsnummer	101FB3127
Start- / Enddatum	13.11.2027 - 13.11.2027
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TSV Tutzing 1893 e.V. Bernrieder Str. 1 a, 82327 Tutzing
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB3127 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Der Lehrgangstag zur "Individuellen Yogapraxis" zeigt viele Alternativen zu den einzelnen Asanas. Es werden verschieden Programme von Yoga für SportlerInnen, spezielle Zielgruppen, sowie für Yogaübende mit gesundheitlichen Einschränkungen vorgestellt. Durch die anatomischen und physiologischen Erklärungen wird das Hintergrundwissen der Yogapraxis verständlich dargestellt und aufgezeigt, wie Verletzungen vermieden werden können. Stabilates® ist ein Trainingsprogramm auf und mit dem Balance Pad. Durch Kombination von klassischen Pilatesübungen, Standing Pilates, Stabilisation, Mobilisation und Kräftigung entsteht ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining. I m Stehen ist es eine Herausforderung an die Balance, im Liegen und im Sitzen ermöglicht die, durch das Balance Pad vergrößerte Hebelwirkung, eine intensivierte Kräftigung aller Muskelschichten.
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	

PSG - SELBSTVERPFLICHTUNGSERKLÄRUNG

Seit dem 01.01.2022 ist es notwendig, neben den bisherigen Unterlagen zur Lizenzausstellung und Lizenzverlängerung auch die sogenannte PsG-Selbstverpflichtungserklärung einzureichen. Ohne diese unterschriebene Erklärung ist eine Ausstellung bzw. Verlängerung von Lizenzen nicht möglich.
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 .

VERLÄNGERUNGSMODALITÄTEN VON BLSV-LIZENZEN:

Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenz-Verlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen 8 Unterrichtseinheiten anwesend sind. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebestätigung auszustellen. Ebenso ist die aktive Mitarbeit beim Lehrgang, sowohl beim theoretischen als auch beim praktischen Teil, Voraussetzung für die Verlängerung Ihrer Lizenz.

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.

Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Samstag: 09:00-16:00 Uhr Bitte mitbringen: - Gymnastikmatte - Wechselkleidung - Schreibutensilien - Verpflegung (Essen und Getränke)
Veranstaltungsleitung	Gundi Ascherl
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
Individuelle Yogapraxis	13.11. 09:00 Uhr - 13.11. 16:00 Uhr
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**55,00 €** buchbar bis **21.08.2027**

Meldeschluss	31.10.2027
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de