# ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

## MIT YOGA ZUM GESUNDEN RÜCKEN

| | |
|---|---|
| Veranstaltungsnummer | 107FB1326 |
| Start- / Enddatum | 07.11.2026 - 07.11.2026 |
| Dauer | 8 UE |
| Veranstaltungsort | Therapiezentrum Burgau<br>Kapuzinerstr. 34, 89331 Burgau |
| Anmeldung | Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 107FB1326 in das Suchfeld ein:<br>https://www.blsv-qualinet.de |
| Beschreibung | Rundum ein Lehrgangstag für Körper, Geist und Seele.<br><br>Mit ausgewählten Yoga-Haltungen können wir unseren Rücken mobilisieren, stärken und dehnen, sodass Rückenschmerzen keine Chance haben. Durch die gezielte Aktivierung der Körpermitte fördern wir die innere Aufrichtung und stärken unser Muskelkorsett. Ebenso richten wir ein Augenmerk auf Entspannungstechniken, Atemübungen und die Entspannung des Geistes. |
| Inhalte | Yoga<br>Gesunder Rücken<br>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 - 15:30 Uhr<br>Bitte mitbringen: Gymnastikmatte. |
| Veranstaltungsleitung | Claudia Linke |
| Referenten | Yvonne Nertinger |
| Lizenzverlängerungen | Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere<br>Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche<br>Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)<br>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.<br><br>Wenn Sie die nötigen Unterrichtseinheiten für Ihre Lizenzverlängerung besucht haben, schicken Sie uns bitte folgende Unterlagen per E-Mail an uebungsleiter@blsv.de:<br>• Ihre BY-Nummer oder Ihren vollen Namen mit Geburtsdatum.<br>•<br>• Die Teilnahmebestätigungen aller besuchten Fortbildungslehrgänge.<br>•<br>• Die ausgefüllte und unterschriebene Selbstverpflichtungserklärung zur PsG (PSG-Selbstverpflichtung).<br><br>Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband. |
| Samstag | 07.11. 09:00 Uhr - 07.11. 15:20 Uhr: Therapiezentrum Burgau |
| Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied | **60,00 €** |
| Informationen zur Verpflegung | Für Verpflegung ist selbst zu sorgen. |
| Meldeschluss | 05.11.2026 |
| Anzahl der Plätze | 30 |
| Veranstalter | Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Schwaben |
| Ansprechpartner | Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de |