

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### OUTDOOR MIT SCHWUNG UND KRAFT IN DIE FREILUFTHALLE

Veranstaltungsnummer	20704FB0326
Start- / Enddatum	09.05.2026 - 09.05.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TSV Schwabmünchen (Freilufthalle) McArena ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20704FB0326 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Beschreibung	<p>Nordic Walking: Vom „Stockenten-Lauf“ zu einer richtigen Sporteinheit. Nordic Walking ist ein sehr gutes Herz-Kreislauf Ausdauertraining.</p> <p>Iso-Regeneration: Iso-Regeneration ist ein ganzheitliches Entspannungs- und Regenerationskonzept, das den Körper dabei unterstützt, sich bewusst zu lösen, zu regenerieren und neue Kraft zu schöpfen.</p> <p>Laufen mit Brazils: Brazils sind Kleingeräte mit einem Gewicht von 275 g. Mit etwas Schwung arbeiten wir mit diesen kleinen Geräten in unsere Tiefenmuskulatur und sind dabei noch draußen unterwegs.</p> <p>Body-Power-Training: In unserer letzten Einheit werden wir Euch unser Power-Training vorstellen. Es erwartet Dich ein Body-Power-Training mit dem wassergefüllten Fitnessbogen. Die Kraft von Pilates, verbunden mit der Mobilität von Yoga und dem Spaß von Zumba lässt die Kalorien purzeln.</p>
Inhalte	Nordic-Walking Iso-Regeneration Laufen mit Brazils Body-Power-Training
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 <a href="#">hier</a> .

## Organisatorische Hinweise

Lehrgangszeit: 09:00 - 15:30

Die Halle öffnet um 8:30Uhr. Bitte geeignete Sportbekleidung, für drinnen und draußen, mitbringen. Regenkleidung und Wechselschuhe. Es gibt Nordic Walking Stöcke zum Leihen, es können natürlich auch gerne die eigenen mitgebracht werden (bitte mit Gummistöpsel).

## Veranstaltungsleitung

Jürgen Strobel

## Referenten

Jutta Scheuffelhut  
Sarah Wiesenberg

## Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere  
Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche  
Übungsleiter B Sport in der Prävention  
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

## 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](http://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](mailto: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

09.05. 09:00 Uhr - 09.05. 15:30 Uhr

## Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

**60,00 €**

## Informationen zur Verpflegung

Selbstverpflegung.

## Meldeschluss

30.04.2026

## Anzahl der Plätze

30

## Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Augsburg-Land

## Ansprechpartner

Susanna Findeisen, [susanna.findeisen@blsv.de](mailto:susanna.findeisen@blsv.de)