

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

PILATES: VIELSEITIGES TRAINING MIT UND OHNE KLEINGERÄTEN

Veranstaltungsnummer	20705FB2926
Start- / Enddatum	22.11.2026 - 22.11.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Turnverein Augsburg 1847 e.V. Gabelsbergerstr. 64, 86199 Augsburg
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20705FB2926 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	In dieser praxisorientierten Fortbildung werden die Grundlagen und vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten von Pilates mit verschiedenen Kleingeräten vermittelt. Durch den Einsatz von verschiedenen Trainingsgeräten wird das klassische Pilatetraining abwechslungsreicher und intensiver gestaltet. Die Teilnehmenden lernen, wie die Geräte gezielt eingesetzt werden können, um Kraft, Beweglichkeit, Stabilität, Koordination, Körperwahrnehmung und eine kontrollierte Bewegungsausführung zu verbessern - für jede Altersgruppe von jung bis alt.
Inhalte	Die Fortbildung beginnt mit einem aktivierenden „Fit in den Tag“-Programm ohne Geräte. Anschließend werden vielseitige Pilates-Übungen mit verschiedenen Kleingeräten vermittelt. Im Mittelpunkt stehen Übungen zur Kräftigung der Körpermitte, Verbesserung von Stabilität, Beweglichkeit, Koordination und Körperwahrnehmung. Die verschiedenen Kleingeräte ermöglichen zahlreiche Übungsvariationen und machen das Pilatetraining abwechslungsreich und vielseitig. Die Teilnehmenden lernen praktische Übungen und kleine Trainingssequenzen kennen, die sich direkt in bestehende Pilates-, Fitness- und Gesundheitssportstunden integrieren lassen.
Zielgruppe	Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleiterinnen und Übungsleiter, Trainerinnen und Trainer sowie an alle Menschen, die sich für Pilates interessieren.
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	Bitte bringen Sie Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke Schreibsachen (optional, wer sich Notizen machen möchte). Veranstaltungszeit: 09:00-16:00 Uhr
Dokumente	PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv.pdf
Veranstaltungsleitung	Maria König-Zemlyak
Referenten	Birgit Timm
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 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.
Sonntag	22.11. 09:00 Uhr - 22.11. 16:00 Uhr
Veranstaltungspreis BLSV- Mitglied	60,00 €
Informationen zur Verpflegung	Für die Verpflegung ist selbst zu sorgen. Kaffee steht vor Ort zur Verfügung.
Meldeschluss	15.11.2026
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Augsburg-Stadt
Ansprechpartner	Susanna Findeisen, susanna.findeisen@blsv.de