

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### SPORT- UND GESUNDHEITSTAG - 2026 (BAYREUTH)

Veranstaltungsnummer	104FB0326
Start- / Enddatum	20.06.2026 - 20.06.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Grundschule St. Georgen Bayreuth
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 104FB0326 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
Beschreibung	

#### 11. SPORT- UND GESUNDHEITSTAG OBERFRANKEN

##### **Water stick – das neue Trainingsgerät**

Die sanfte, aber intensive Trainingsmethode zur Sensomotorik, Körperstabilisation (Gelenk- und Wirbelsäulenmuskulatur), Haltungsverbesserung und zum gezielten und effektiven Muskelaufbau.

##### **Flex tube**

Ein ebenfalls neues Trainingsgerät: Gesamtkörpertraining für die Kraftausdauer

##### **Functional move**

Schwerpunkt ist die Kräftigung der Bauch-, Rücken-, Schulter- und Armmuskulatur. Geschmeidige Bewegungen verbessern die Körperstabilisation im geschlossenen Muskelsystem

##### **Notfalltraining im Sportbereich**

Notfallmanagement im Sportbereich Versorgung und Erkennen von Sportverletzungen Reanimation Heute – der richtige Umgang mit dem Defibrillator

##### **Yoga & Entspannung – die Wohlfühlstunde für mich**

Jede Bewegung bewusst wahrnehmen, den Körper zur Ruhe bringen, Gedanken und Geist in Einheit, Harmonie und Gleichgewicht versetzen, das ist Yoga. Nach einer kurzen theoretischen Einführung geht es an praktische Übungen. Bitte außer einer Gymnastikmatte noch warme Socken, Decke und (soweit vorhanden) Yoga-Kissen mitbringen!

#### Inhalte

- Water stick & Flex tube
- Functional move
- Notfalltraining im Sportbereich
- Yoga & Entspannung

#### 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. Hier finden Sie einen [Link zu Ansprechpersonen der BSJ sowie weitere externe Anlaufstellen](#)

---

## Organisatorische Hinweise

### Material:

Sie benötigen eine Gymnastikmatte, warme Socken und evtl. eine Decke, Yoga-Kissen (falls vorhanden).

### Veranstaltungszeit:

Sa. 09:00 - 16:15 Uhr  
(Änderungen vorbehalten)

## Veranstaltungsleitung

Monika Engelhardt

## Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

Übungsleiter B Sport in der Prävention

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

## Veranstaltungsbestätigung

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich. Bitte beachten Sie die [Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen](#).

### Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an:

E-Mail: [uebungsleiter@blsv.de](mailto:uebungsleiter@blsv.de)

- Bitte die BY-Nummer und die aktuellen Kontaktdaten angeben
- Teilnahmebestätigung(en)
- [PsG-Selbstverpflichtung](#)

Die Veranstaltung kann mit 8 UE zur Lizenzverlängerung von BVS-Lizenzen angerechnet werden. Voraussetzung hierfür ist die Mitgliedschaft beim BVS Bayern und eine Abstimmung der möglichen zu verlängernden Lizenzen mit dem [BVS](#).

Bei Lizenzen von Fachverbänden (z.B. Turnverband) wenden Sie sich bitte an den zuständigen Fachverband.

## Termin

20.06. - 20.06.

## Veranstaltungspreis

**55,00 €** buchbar bis **28.03.2026**

## Frühbucher BLSV-Mitglied

## Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

**60,00 €**

## Informationen zur Verpflegung

Getränke werden kostengünstig angeboten, für Mittagessen bzw. Imbiss muss selbst gesorgt werden!

## Meldeschluss

14.06.2026

Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberfranken
Ansprechpartner	Martin Tupy, <a href="mailto:oberfranken@blsv.de">oberfranken@blsv.de</a>