

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

STARK UND LEISTUNGSFÄHIG - GELASSEN UND ENTPANNNT

Veranstaltungsnummer	10302FB0126
Start- / Enddatum	07.03.2026 - 07.03.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Elly-Heuss-Gymnasium ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10302FB0126 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">- Starker Körper, starke Knochen - Präventive und rehabilitative Trainingsmöglichkeiten im Bereich Ausdauer und Kraft bei Osteoporose- Schärfe deine Sinne - Neuromuskuläres Training als Übungsbaustein, um Koordination und Leistungsfähigkeit mit einfachen Elementen zu stärken- Kraft, Mobilität, Atmung und Entspannung sowie Gelassen im Gleichgewicht - Yoga gezielt und verantwortungsvoll für ältere Menschen Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Teilnahmevoraussetzungen	
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 .

VERLÄNGERUNGSMODALITÄTEN VON BLSV-LIZENZEN:

Diese Fortbildung wird mit 8 UE zur Verlängerung der angegebenen Lizenzen anerkannt. Für die Verlängerung der BLSV-Übungsleiterlizenz benötigen Sie weitere Unterrichtseinheiten. Bitte beachten Sie die aktuellen Gültigkeiten und Verlängerungsmöglichkeiten für Ihrer Lizenz: <https://www.blsv-qualinet.de/verlaengerungsmodalitaeten.html>

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.

Organisatorische Hinweise

ZUM LEHRGANG MITZUBRINGEN:

- Hallensportbekleidung und Hallenschuhe
- Gymnastikmatte
- Handtuch
- Decke und ggf. wärmere Kleidung für Yoga
- Sitzkissen und/oder Yogablock, falls vorhanden

LEHRGANGSZEITEN:

Tagesfortbildung (8 UE) von 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr inkl. Pausen

Veranstaltungsleitung

Sabine Stahl

Referenten

Sonja Pausch
Alexandra Steinl-Kick

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 Teilnahme am gesamten Lehrgang eine Teilnahmebestätigung. Diese geht Ihnen per E-Mail zu bzw. kann von Ihnen ca. 2 Wochen nach Lehrgangabschluss direkt in Ihrem Account unter www.blsv-qualinet.de abgerufen werden.

Stark und leistungsfähig -
Gelassen und entspannt

07.03. 09:00 Uhr - 07.03. 16:00 Uhr: Elly-Heuss-Gymnasium

Veranstaltungspreis BLSV-
Mitglied

60,00 €

Informationen zur
Verpflegung

Selbstverpflegung

Meldeschluss

01.03.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Weiden - Neustadt

Ansprechpartner

Thomas Fink, thomas.fink@blsv.de