

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

STRENGTH AND CONDITIONING: ATHLETIKTRAINING IM BREITEN- UND LEISTUNGSSPORT (HALLSTADT)

Veranstaltungsnummer	204FB0126
Start- / Enddatum	07.02.2026 - 07.02.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Bettelseehalle ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 204FB0126 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination sind sportartübergreifend entscheidend für die Performance. Insbesondere der Faktor Kraft beeinflusst alle anderen konditionellen Fähigkeiten positiv - und damit auch die Leistung auf dem Feld, im Ring, auf der Matte, auf der Strecke... Allerdings ist nicht alles, was für den Einzelathleten sinnvoll ist, auch effizient für eine ganze Mannschaft. Dieses Seminar zeigt in Theorie und Praxis, wie mit sinnvollem Athletiktraining Leistungsreserven im Einzel- und Mannschaftssport auf allen Leistungsebenen geschaffen und Verletzungen effektiv verhindert werden können.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Was ist Fitness? • Wer ist der Fitteste? • Wie werde ich fit? • Was ist mein Ziel? • Altersgemäßes Training? • Wann bin ich stark genug? • Wie trainiere ich mit Kindern?
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	Der Lehrgang beginnt um 9:00 Uhr, das Ende ist für 16:00 Uhr vorgesehen. Bitte beachten, kleine Programm-Änderungen können immer noch möglich sein.
Referenten	Ralf Stöcklein

Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

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

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

Tageslehrgang

07.02. 09:00 Uhr - 07.02. 16:00 Uhr: Bettelseehalle

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

60,00 €

Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied

55,00 € buchbar bis **15.11.2025**

Informationen zur Verpflegung

Bitte Getränke und Verpflegung selbst mitbringen

Meldeschluss

30.01.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportbezirk Oberfranken

Ansprechpartner

Birgit Schmidt, birgit.schmidt@blsv.de