ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

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

Veranstaltungsnummer	204FB0327
Start- / Enddatum	03.07.2027 - 03.07.2027
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Bettelseehalle Max-Brose-Str. 1, 96103 Hallstadt
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 204FB0327 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	• 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 Programmänderungen können immer noch möglich sein.
Veranstaltungsleitung	Katharina Stubenrauch

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
Tagesveranstaltung	03.07. - 03.07.
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**55,00 €** buchbar bis **10.04.2027**
Informationen zur Verpflegung	Bitte Getränke und Verpflegung selbst mitbringen
Meldeschluss	27.06.2027
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportbezirk Oberfranken
Ansprechpartner	Brigita Zrile, oberfranken@blsv.de