

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

YOGILATES - YOGA MEETS PILATES - GANZHEITLICHES TRAININGSKONZEPT AUS YOGA UND PILATES

Veranstaltungsnummer	20705FB1526
Start- / Enddatum	25.07.2026 - 25.07.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TV Augsburg ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20705FB1526 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Diese Fortbildung verbindet die ganzheitliche Philosophie des Yoga mit der funktionellen Kräftigung des Pilates. In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmenden einen fundierten Einblick in beide Trainingsmethoden und lernen, wie sich Yoga und Pilates sinnvoll und effektiv miteinander kombinieren lassen. Ziel ist es, Körperbewusstsein, Stabilität, Beweglichkeit und Achtsamkeit in einem modernen Trainingskonzept zu vereinen.
Inhalte	Was ist Yoga? Ursprung, Zielsetzung und Wirkungsweise. Grundprinzipien wie Atmung, Achtsamkeit und Bewegungsfluss Was ist Pilates? Prinzipien wie Core-Stabilität, Kontrolle, Präzision und Zentrierung Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen Yoga und Pilates Vorteile der Kombination beider Methoden im Trainings- und Kursalltag Praxis
Zielgruppe	Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleiter/innen, Trainer/innen und alle Interessierten
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	Lehrgangszeiten: 09:00-16:00 Uhr Bitte bringen Sie Yogamatte, Kissen und eine Decke mit!
Veranstaltungsleitung	Marlene Mechold
Referenten	Yvonne Nertinger

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.

Samstag

25.07. 09:00 Uhr - 25.07. 16:00 Uhr: TV Augsburg

Informationen zur Verpflegung

Den Teilnehmenden wird kostenlos heißer Kaffee zur Verfügung gestellt, Tasse bitte mitbringen!

Meldeschluss

11.07.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Augsburg-Stadt

Ansprechpartner

Susanna Findeisen, susanna.findeisen@blsv.de