ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

ZEN-GYMNASTIK UND PILATES

Veranstaltungsnummer	10705FB0127
Start- / Enddatum	13.03.2027 - 13.03.2027
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TSG 1885 Augsburg-Lechhausen Schillstr. 105 – 109, 86169 Augsburg
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10705FB0127 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Ein kräftiger Rücken, eine flexible Wirbelsäule und ein kräftiger Bauch: Die Fusion aus Bewegungselementen der ZEN-Gymnastik, Yoga, Qi Gong, Pilates und funktionell-klassischen Kräftigungsübungen macht es möglich. In diesem Workshop werden euch Ideen und Anregungen für Rückenstunden zur Ergänzung, Erweiterung und Auffrischung der Übungsvielfalt vermittelt. Die renommierte Pilates-Trainingsmethode verlängert und stärkt die Muskelelastizität, Geist und Körper arbeiten konzentriert als Team zusammen. Jede Bewegung wird bewusst und aufmerksam mit der Atmung abgestimmt und ausgeführt. Pilates ist in seiner aktuellen Form eines der erfolgreichsten Trainingsprogramme weltweit.
Inhalte	Fusion Bewegungselementen der ZEN-Gymnastik Pilates Trainingsmethode
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte am Sport
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	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, warme Kleidung und Handtuch.
Veranstaltungsleitung	Inge Häuslmeier
Referenten	Sarah Wiesenberg
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	13.03. 09:00 Uhr - 13.03. 16:00 Uhr: TSG Augsburg-Lechhausen
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**55,00 €** buchbar bis **19.12.2026**
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.
Meldeschluss	12.03.2027
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Augsburg-Stadt
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de