

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

ATHLETIKTRAINING

Veranstaltungsnummer	101FB0124
Start- / Enddatum	13.01.2024 - 14.01.2024
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Glückauf-Halle Peißenberg Alpspitzstr. 11,82380 Peißenberg
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB0124 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<p>In diesem Kurs erhalten die Teilnehmenden Einblicke in folgende Bereiche:</p> <ul style="list-style-type: none">-Functional Training-Intervalltraining-Plyometrie-Agility <p>Übungen von einfach zu schwer Varianten von einfach zu komplex</p> <p>Anhand verschiedener funktioneller Übungen mit Fokus auf bestimmte Körperregionen, sowie Einblicke in Workouts mit unterschiedlichen Schwerpunkten, trainieren wir für mehr Beweglichkeit (Functional) und Verbesserung von Bewegungsabläufen. Mit Intervalltraining können gewinnbringende Reize für Kraft- und Schnelligkeitsausdauer gesetzt werden, während bei plyometrischen Übungen der Fokus auf Explosivität und Sprungkraft gesetzt wird. Mit Agilitytraining können koordinative Fähigkeiten mit Geschwindigkeit und Achtsamkeit vereint werden.</p>
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Sonstige Informationen

PSG - SELBSTVERPFLICHTUNGSERKLÄRUNG

Seit dem 01.01.2022 ist es notwendig, neben den bisherigen Unterlagen zur Lizenzausstellung und Lizenzverlängerung auch die sogenannte PsG-Selbstverpflichtungserklärung einzureichen. Ohne diese unterschriebene Erklärung ist eine Ausstellung bzw. Verlängerung von Lizenzen nicht möglich.

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:

Der Lehrgang kann nur dann zur Lizenz-Verlängerung anerkannt werden, wenn Sie bei allen 15 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

Veranstaltungszeiten:

Samstag: 09:00-17:30 Uhr

Sonntag: 09:00-13:30 Uhr

Bitte mitbringen:

- Gymnastikmatte
- Wechselkleidung
- Handtuch
- Schreibutensilien
- Verpflegung (Essen und Getränke)

Bitte beachten:

Wir weisen darauf hin, dass keine Fotos von oder Videoaufnahmen während der Schulung gemacht werden dürfen.

Dokumente

PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv.pdf Athletik-
Training_Teilnehmer.pdf DSC_4364.JPG DSC_4370_2.JPG
DSC_4371_2.JPG DSC_4372_2.JPG DSC_4373_2.JPG
DSC_4374_2.JPG DSC_4375_2.JPG

Veranstaltungsleitung

Thomas Edinger

Referenten

Marion Liebig

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.

Athletiktraining

13.01. - 14.01. :

Meldeschluss

31.12.2023

Anzahl der Plätze

25

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern

Ansprechpartner

Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de