

## ÜL-FORTBILDUNG 5 UE

### MIT FITNESS UND SPAß IN DEN WINTER! (SCHWARZENBACH)

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10403FB0121
<b>Start- / Enddatum</b>	06.11.2021 - 06.11.2021
<b>Dauer</b>	5 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Grundschulturnhalle Schwarzenbach Breslauer Str. 9,95126 Schwarzenbach a. d. Saale
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10403FB0121 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	<b>Handtuch-Fitness:</b> Kraft und Beweglichkeit mit dem Handtuch <b>B-B-P:</b> Krafttraining und Kraftausdauer für Bauch, Beine und Po - unsere klassischen Problemzonen <b>Besen mit Wesen:</b> Ganzkörpertraining anhand einer kleinen Choreografie mit dem Besen
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Krafttraining</li><li>■ Kraftausdauer</li><li>■ Beweglichkeit und Ganzkörpertraining</li></ul>
<b>Zielgruppe</b>	Für Übungsleiter, Nachwuchskräfte und Interessierte.
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Organisatorische Hinweise</b>	Bitte <b>Gymnastikmatte</b> und ein normalgroßes Handtuch mitbringen. Besen bringt die Referentin mit.  <b>Informationen zum Hygieneschutzkonzept senden wir Ihnen in der Woche vor der Veranstaltung zu.</b>  Unterrichtszeit: 10:00 - 14:30 Uhr (Änderungen vorbehalten)
<b>Dokumente</b>	BBP1.pdf Besen_mit_Wesen_.pdf Handtuch-Fitness.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Renate Kupijai
<b>Referenten</b>	Marlene Stopfer-Höhn
<b>Lizenzverlängerungen</b>	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention Übungsleiter B Sport für Ältere

**Veranstaltungsbestätigung**

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei einer zwischenzeitlichen oder vorzeitigen Abwesenheit ist es nicht möglich, diesen Lehrgang zur Lizenzverlängerung anzurechnen. Bitte beachten Sie die Gültigkeit und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen.

**Termin**

06.11. - 06.11. :

**Informationen zur  
Verpflegung**

Bitte denken Sie daran ausreichend Trinken und Essen mitzubringen. Es gibt vor Ort keine Verpflegungsmöglichkeiten.

**Meldeschluss**

30.10.2021

**Anzahl der Plätze**

30

**Veranstalter**

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Hof

**Ansprechpartner**

Martin Tupy, [oberfranken@blsv.de](mailto:oberfranken@blsv.de)