

## ONLINESEMINAR ÜL-FORTBILDUNG 2 UE

### KNIE FIT

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Veranstaltungsnummer</b>      | 302WEB3821                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Start- / Enddatum</b>         | 26.01.2021 - 26.01.2021                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dauer</b>                     | 2 UE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Veranstaltungsort</b>         | Online<br>,10000 Internet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Anmeldung</b>                 | Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302WEB3821 in das Suchfeld ein:<br><a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Beschreibung</b>              | Das Kniegelenk ist das größte Gelenk des menschlichen Körpers. Tag für Tag ist es enormen Belastungen ausgesetzt, die auf lange Sicht zu Abnutzungserscheinungen führen können. Zudem ist das Knie sehr verletzungsanfällig. So ist es nicht verwunderlich, dass viele Menschen über Schmerzen im Knie klagen. Im Sport stellen die Kniegelenke häufig ein Belastungsproblem dar, wie kann ich dieses vermeiden, wie diesem begegnen? Es geht um Bauweise, Funktionsweise des Knies, kniepositives Training... die Do's und Dont's der Kniegesundheit.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Inhalte</b>                   | Hier erfährst du u.a. viele spannende Infos über die Anatomie des Knies, Knieprobleme, Abnutzungserscheinungen; Fehlbelastung uvm. Anhand von 2 – 3 kurzen Praxisbeispielen zeige ich dir, wie Knieprobleme vermieden werden und wie man der „Knieproblematik“ in den Sportstunden begegnen kann.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Zielgruppe</b>                | Übungsleiter/Trainer in Sportvereinen, (Sport-)Studierende, Interessierte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Teilnahmevoraussetzungen</b>  | Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Sonstige Informationen</b>    | <p>Am Tag vor dem Onlineseminar bekommen alle gebuchten Teilnehmer einen Zugangslink zur Anmeldung per E-Mail zugeschickt. Nach Betätigung des Zugangslinks müssen Sie Vor-, Nachnamen und E-Mailadresse eingeben.</p> <p>Um auf die Onlineseminarplattform zu gelangen, müssen Sie</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. den neuen Zugangslink aus der Bestätigungs-E-Mail betätigen</li><li>2. der anschließenden Aufforderung, die Benutzeransicht der Onlineseminarplattform (Webinar Launcher) für die Dauer des Onlineseminars zu speichern, nachkommen</li><li>3. in ihren Downloads die Datei ausführen</li></ol> <p>Das System erklärt die Schritte im Einzelnen.</p> <p>Falls die Startuhrzeit des Onlineseminars noch nicht erreicht ist, bekommen Sie eine Ansicht mit Informationen zum Onlineseminar und die Aufforderung mit der Bitte zu warten.</p> |
| <b>Organisatorische Hinweise</b> | <p>Sie können bequem von zuhause an dem Onlineseminar teilnehmen.</p> <p>Sie benötigen einen internetfähigen Computer mit Audioausgang.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dokumente</b>             | Kniefit_2021-Online.pdf                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Veranstaltungsleitung</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Referenten</b>            | Petra Walter                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Lizenzverlängerungen</b>  | Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche<br>Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere<br>Übungsleiter B Sport in der Prävention<br>Übungsleiter B Sport für Ältere<br>Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)<br>Übungsleiter B Sport im Elementarbereich |
| <b>Kniefit</b>               | 26.01. - 26.01. :                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Meldeschluss</b>          | 24.01.2021                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Anzahl der Plätze</b>     | 450                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Veranstalter</b>          | Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Ansprechpartner</b>       | Jenny Winterberg, <a href="mailto:jenny.winterberg@blsv.de">jenny.winterberg@blsv.de</a>                                                                                                                                                                                                                  |