

Anmeldung



Ich melde mich verbindlich zu den Bewegungs- und Besinnungstagen am 8./9. Oktober 2010 im Bistumshaus St. Otto in Bamberg an.

Verein/Institution

Name Vorname Titel

Straße

PLZ Ort

Telefon Fax

E-Mail

Sie erhalten nach Meldeeingang eine Rechnung.

Datum, Ort Unterschrift

Bitte faxen an 089 15702-517 oder schicken an Bayerischer Landes-Sportverband, Geschäftsbereich Breitensport, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München

Wissenswertes

Veranstaltungsort

Bistumshaus St. Otto
Heinrichsdamm 32
96047 Bamberg

Teilnehmergebühren

85 € für BLSV-Mitglieder, 95 € für Nichtmitglieder inkl. Übernachtung im Einzelzimmer und Vollpension

Achtung Frühbucher

Bei Buchung bis zum 31.07.2010:
80 € für BLSV-Mitglieder, 90 € für Nichtmitglieder

Anmeldung

Schriftlich mit dem Anmeldeformular

Rücktritt durch Teilnehmer

Bei Rücktritt (nur schriftlich) werden bis zum 4.10.2010 50 % der Teilnehmergebühr zurückerstattet.

Versicherung

Für BLSV-Mitglieder besteht Unfall- und Haftpflichtversicherungsschutz.

Bekleidung

Bringen Sie bitte Sportkleidung und Hallenschuhe mit.

Lizenzverlängerung

Anrechnung von 8 UE auf die Übungsleiterlizenzen C-Breitensport Erwachsene/Ältere, B-Sport für Ältere, B-Sport in der Prävention und das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT

Veranstalter & Organisationsbüro

Bayerischer Landes-Sportverband e.V.
Geschäftsbereich 6 Breitensport
Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München
Telefon 089 15702-508, Fax 089 15702-517
E-Mail sabine.hestermann@blsv.de

Anmeldung und Infos unter www.blsv.de ->
Bildung -> Kongresse & Tagungen



Bewegungs- und Besinnungstage



8./9. Oktober 2010
in Bamberg
www.blsv.de

Die Bewegungs- und Besinnungstage werden als eine spezielle Fortbildung vom Ausschuss Kirche und Sport für Übungsleiter angeboten. Lassen Sie sich diese Gelegenheit nicht entgehen. Entdecken Sie den Weg zu Ihrem äußeren und inneren Gleichgewicht und finden Sie einen guten Stand im Leben. Dazu ist nichts besser geeignet als die Einheit von Bewegung und Besinnung.

Programm - Freitag, 8. Oktober 2010

bis 15:00 Uhr	Anreise, Einchecken und Kaffee	
15:00 - 15:30 Uhr	Begrüßung und besinnliche Einstimmung	Martin Cambensy Irene Huber Dr. Karl-Heinz Röhlin
15:30 - 17:30 Uhr	Workshop Work Life Balance	Matthias Cebula
18:00 - 19:00 Uhr	Abendessen	
19:15 - 20:45 Uhr	Workshop Shibashi I	Irene Huber

Programm - Samstag, 9. Oktober 2010

07:30 - 07:45 Uhr	Andacht "Im Beten Stand finden" <i>Ökumenische Morgenandacht</i>	Martin Cambensy Dr. Karl-Heinz Röhlin
bis 08:15 Uhr	Frühstücksbuffet	
08:30 - 10:00 Uhr	Workshop Shibashi II <i>in Verbindung mit biblischen Texten</i>	Irene Huber
10:00 - 12:00 Uhr	Arbeitsgruppen und Austausch zum Thema "Gleichgewicht im Leben finden"	Martin Cambensy Irene Huber Dr. Karl-Heinz Röhlin
12:00 - 13:15 Uhr	Mittagessen <i>auf Wunsch historische Führung</i>	
13:30 - 14:15 Uhr	Kurz-Präsentation der Arbeitsgruppen	Martin Cambensy Irene Huber Dr. Karl-Heinz Röhlin
14:30 - 16:30 Uhr	Workshop Gelassenheit durch das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele	Matthias Cebula
16:30 - 17:00 Uhr	Abschlussrunde mit Segenswunsch und Kaffee	Martin Cambensy Irene Huber Dr. Karl-Heinz Röhlin
anschließend	Heimreise bzw. Möglichkeit zum Besuch des Schöpfungsweges	

Workshop-Beschreibungen

Work Life Balance

Wie finden wir ins Gleichgewicht in unserem Leben? Work Life Balance gibt Hilfestellungen für ein ausgewogenes Verhältnis von Arbeit und Privatleben. Wie können die Anforderungen der Arbeitswelt/des Ehrenamtes mit privaten Interessen und dem Verständnis von Familienleben in Einklang gebracht werden? In dieses komplexe Thema wird ein Einstieg ermöglicht und aufgezeigt, wie der Körper uns dabei unterstützen kann.

Shibashi

sind althinesische Meditationsschritte, die durch sanfte Bewegung körperliche und geistige Gesundheit und Ausgeglichenheit schenken. Mit 18 leicht zu lernenden Übungen kann geistige Entspannung und körperliche Gelöstheit gewonnen werden. Beides ist die Voraussetzung für Konzentration und effektives Handeln. Ein Vorteil dieser Übungen ist die schnelle Erlernbarkeit.

Gelassenheit durch das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele

Hier wird vor allem vermittelt, welche Übungen dabei helfen, die innere und äußere Balance zu finden: Wie geschieht aktive körperliche Gelassenheit? Wie sind die Übungen einzusetzen und wie ist die korrekte Ausführung? Zentraler Bestandteil sind dabei die persönlich gemachten Erfahrungen.

Referenten-Beschreibungen

Monsignore Martin Cambensy

Kath. Sportpfarrer im BLSV-Ausschuss Kirche und Sport, Diözesanpräses BDKJ, Leiter des Erzbischöflichen Jugendamtes, DJK Landespräses, Beauftragter der bayerischen Bischöfe für Kirche u. Sport, Gemeindepfarrer

Matthias Cebula

Süd Shaolin Kung Fu Meister & Persönlichkeitstrainer, berufliche Tätigkeit als Führungskraft, Dipl. Pädagoge und Offizier der Luftwaffe, seit 18 Jahren intensive Beschäftigung mit der Verbindung östlicher und westlicher Philosophie

Irene Huber

Frauenvertreterin im Präsidium des BLSV, Vorsitzende des Ausschusses Kirche und Sport im BLSV, seit mehr als 35 Jahren Übungsleiterin

Dr. Karl-Heinz Röhlin

Evang.-Luth. Sportpfarrer im BLSV-Ausschuss Kirche und Sport, Gemeindepfarrer, Referent für Seelsorge im Landeskirchenamt München, Oberkirchenrat in Nürnberg, Rektor am Pastoralkolleg Neuendettelsau