

Herbst-Action 2011 BTV - BLSV 08/09.10.2011

Änderungen vorbehalten

Samstag, 08.10.2011					
Zeit					
09.30-11.00	101 S/P/G Monika Nienaber Aquajogging Variationen (nur für Schwimmer geeignet) Verschiedene Techniken, Raumwege Partnerübungen	201 Wolfgang Hofer Aerobic: Step Symetric Symmetrische Step - Choreografie zum Mitnehmen für alle mit etwas Erfahrung	301 Hedwig Bloch Kinderturnen Grundlagen Spielerische Voraussetzungen, Erarbeiten in Stationsbetrieb	401 S/P/G Lydia Ebneith Rücken fit mit Overball gezielte Mobilisations-, Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen Bitte mitbringen: Overball, Isomatte	501 S/P/G Marion Hör Nordic Walking für den Rücken Ausdauer, Kräftigung und Koordination spielerisch mit den Stöcken
11.15-12.45	102 S/P/G Monika Nienaber Noodelworkout (nur für Schwimmer geeignet) Ein Ganzkörper-Workout im flachen und im tiefen Wasser	202 Wolfgang Hofer Aerobic: Dance for fun Kombination aus Tanz- und Aerobic-Schritten ...und viel Spaß für alle	302 Hedwig Bloch Kinderturnen am Reck Methodische Erarbeiten der Übungsverbindung Umschwung Rückschwung Unterschwung	402 S/P/G Lydia Ebneith YOGA - mehr als Fitness - Yoga-Asanas stärken die körperliche Stabilität, Kraft, Flexibilität - Atemübungen stärken Selbstheilungskräfte lösen Handtuch o. Decke mitbringen	502 S/P/G Marion Hör Bewegte Entspannung für Kinder Themenorientierte altersgerechte Entspannung in vielfältiger Spiele-Form mit physiologischer, psychologischer und sozialer Wirkung
12.45-13.45 Mittagspause					
13.45-15.15	103 S/P/G Marion Hör „Rückenführerschein S-Klasse“ Spielerischer Mix aus Koordination, Körperwahrnehmung und Kräftigung für den gesunden Rücken	203 Wolfgang Hofer Aerobic: Double-Step Choreografie über 2 Steps Etwas Step-Erfahrung nötig.	303 Hedwig Bloch Kinder rollen und stehen Methodische Erarbeitung von Rollen vorwärts und rückwärts, vom Stützen zum Handstand	403 S/P/G Christina Conzen-Seidl Power-Circuit und Kräftigung mit Step	503 Dr. Bert Stautner BLSV - Vereinsberatung (Überblick) Sportförderung Bedeutung von gültigen Lizenzen GEMA Versicherungen im Sport ARAG Sportversicherung - VBG
15.30-17.00	104 S/P/G Monika Nienaber Training mit dem Fitball – eine „runde“ Sache Mit Einzel-, Partner- und Gruppenübungen vom Einsteiger bis zum Köhner wird neben Kraft und Beweglichkeit vor allem die Koordination geschult.	204 Wolfgang Hofer Aerobic: Body-and Mind - Power Yoga, BodyArt, Stretch and Relax.... kraftvoller und entspannender Ausklang des Tages	304 Hedwig Bloch Kinderturnen: Sprünge Vorbereitende Übungen und Sprungschulung für Hocke und Grätsche	404 S/P/G Christina Conzen-Seidl Lord of the Dance und Entspannung	504 Dr. Bert Stautner Der Übungsleiter im Verein Erfüllungsgehilfe => Haftung ÜL-Freibetrag Aufsichtspflicht, Sorgfaltspflicht, Verkehrssicherungspflicht minderjährige ÜL und Helfer Angebot von Sportkursen Wissenswertes zum Seniorensport

Sonntag, 09.10.2011					
Zeit					
09.15-10.45	111 Susanne Mayer 1. Tänzerische Frühförderung - Methodik Tanz- und Bewegungsgrundlagen, bei denen der Spaßfaktor nicht zu kurz kommt! Für (angehende) Kindertanz-ÜL	211 S/P/G Gerhard Ellinger Gym-Stick Vielseitiges Trainingsgerät für Gesamtkörpertraining (Gymnastikmatte mitbringen; Geräte bringt Referent)	311 Birgit Franz Gerätturnen Grundlagen / Voraussetzungen für das Gerätturnen Kraft und Beweglichkeit	411 S/P/G Christine Härter Koordinationszirkel mit Bewegungskünsten Jonglage für Einsteiger und Fortgeschrittene mit verschiedenen Materialien (Diabolo, Develstick, Zigarbox) verbessert die Koordination auch für Ältere.	511 S/P/G Walter Rosenkranz Fitness - querbeet Klassisch und spielerisch gemixt Teil 1
11.00-12.30	112 Susanne Mayer 2. Tänzerische Frühförderung - Choreographie Erarbeiten kindgerechter und publikumswirksamer Choreographien, aufbauend auf AK 1 Richtet sich an (angehende) Kindertanz-Übungsleiter	212 S/P/G Gerhard Ellinger Bauch spezial Vielfalt von Kombinationen, die du tagelang spüren wirst Flow Pad Kraftvolles dynamisches Ganzkörper-Workout	312 Birgit Franz Gerätturnen: Reck Voraussetzungen und Vorübungen zum Erlernen der Kippe	412 S/P/G Christine Härter DrumsAlive für Einsteiger Fitnesstrend Elemente aus Tanz und Gymnastik, Schlagzeug werden vereint zu einer Choreografie in der Gruppe	512 S/P/G Walter Rosenkranz Fitness - querbeet Klassisch und spielerisch gemixt Teil 2
12.30-13.30 Mittagspause					
13.30-15.00	113 Susanne Mayer 3. Latin Jazz Jazzdance pur, gemixt mit feurigen Latin Mooves! Für Übungsleiter und Tänzer (fortgeschrittene Anfänger)	213 S/P/G Gerhard Ellinger Zumba® - Vorstellung Inspirierendes Tanzfitness-Training aus verschiedenen Schritten (Merenque, Samba, Salsa, Cumbia, Reggaeton usw.)	313 Birgit Franz Gerätturnen: Boden/Balken Vom Rad zur Radwende / Rondat bis zum Flick-Flack	413 S/P/G Christine Härter Koordinations- und Sturztraining für Ältere Mit verschieden großen Bällen und anderen Geräten schulen wir die Gelenkigkeit und Trittsicherheit	511 Gregor Lindner Vom PC aufs Papier gebracht Informationen und Mitgliederwerbung - Teil 1 Praktische Hilfen für die Erstellung von Flyern und Info-Blättern
15.15-16.45	114 Susanne Mayer 4. Funky Jazz/MTV Styles Fetzig Mischung aus klassischen Jazz-Elementen mit coolen Hip Hop Moves Richtet sich an ÜL und Tänzer (Anfänger und Fortgeschrittene)	214 S/P/G Gerhard Ellinger Zumba® - Highlight Begeisternde Rhythmen und Bewegungsabläufe verändert deine Fitnessstunde zur Partyatmosphäre	314 Birgit Franz Gerätturnen: Sprung Handstandüberschlag Vom Handstandumfallen bis zum Überschlag	414 S/P/G Christine Härter hula hoop Ein altes Gerät bringt neuen Schwung in deine Stunde.	512 Gregor Lindner Vom PC aufs Papier gebracht Informationen und Mitgliederwerbung - Teil 2 Praktische Hilfen für die Erstellung von Flyern und Info-Blättern

Herbst - Action 2011

Impuls für den Vereinssport

Treffpunkt: Waldmünchen, Schulzentrum
Dr.-Matthias-Lechner-Straße 8

Beginn: Samstag, 08.10.2011 um 9.00 Uhr
Ausgabe der Lehrgangsunterlagen,
Einweisung (auch am Sonntag)

Ende: Sonntag, 09.10.2011 um 16.45 Uhr

Zielgruppe: Übungsleiter, Lehrkräfte,
Übungsleiterassistenten,
Clubassistenten, Sportvereinsmitarbeiter

Lizenzverlängerung (LZV) möglich für 15 UE bzw. 8 UE:

1. Lizenzstufen: ÜL C (Breitensport) Profil Erwachsene und Ältere (alt BLSV-A),
ÜL C (Breitensport) Profil Kinder und Jugendliche (alt BSJ-J),
Trainer C (Breitensport) Turnen-Fitness-Gesundheit (alt BTV-T).

2. Lizenzstufen: ÜL B – Sport für Ältere (Belegung Angebote „S“),
ÜL B – Sport in der Prävention (Belegung Angebote „P“) sowie
Verlängerung des Plus-Punkt-Gesundheit und Sport Pro Gesundheit(G)

Gebühr: Vereinsmitglieder, Lehrer im Dienst:
2 Tage mit LZV 65 €/ohne LZV 60 €
1 Tag 35 €,
Nichtmitglieder: 2 Tage 70 €, 1 Tag 40 €,
Enthalten ist ein gemeinsamer Imbiss in der Mittagspause.

Lehrgangsleitung: Edith Lindner, Tel.:09972/1490
Anton Högele, Tel.:09971/801820

Meldeschluss: Mittwoch, 28. September 2011

Anmeldung über: Herta Schmidt, Lessingstraße 3
93049 Regensburg, Tel./Fax: 0941/26359

Übernachtung: Tourist-Info Waldmünchen, Marktplatz 14
Tel: 09972/30725 Fax: 09972/30740

Anmerkungen: Es werden nur nicht angenommene Teilnehmer informiert. Lehrgangsgebühren für nicht wahrgenommene Termine können aus verrechnungstechnischen Gründen nicht für andere Lehrgänge verwendet werden.
Rückzahlung der Gebühr bis 5 Tage vor Lehrgangsbeginn.
Die Teilnehmer bringen alle üblichen, erforderlichen Hilfsmittel (z.B. Turnmatte, Decke, Step, Fitball) möglichst selbst mit.

Herausgeber:

Bayerischer Landes-Sportverband e.V.
Bezirk Oberpfalz, Bezirksvorsitzender Arnold Lindner

Redaktion:

BLSV-Bezirksgeschäftsstelle, Dr.-Gessler-Straße 2
93051 Regensburg, Tel. 09 41/2 97 26-0, Fax 09 41/2 97 26-18
e-Mail: geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de
Homepage: www.blsv-oberpfalz.de

Layout:

H. Marquardt, 93047 Regensburg
Der „Oberpfalz-Sport“ erscheint alle zwei Monate.

Redaktionsschluss für die Ausgabe 127: 01.08.2011

Erscheinungstermin: 33. Kalenderwoche 2011



Anmeldung: Herbst-Action 2011
Meldeschluss: 28.09.2011

Name: _____
Anschrift: _____
Verein/Schule: _____
Tel: _____
Mail: _____

Bitte Zutreffendes ankreuzen:

- Teilnahme mit Lizenzverlängerung (incl. LZV-Bearbeitung) 65.- €
 Teilnahme ohne Lizenzverlängerung 60.- €
 Teilnahme nur Samstag (8 UE) 35.- €
 Teilnahme nur Sonntag (8 UE) 35.- €
 Teilnahme ohne Vereinszugehörigkeit (2 Tage) 70.- €
 Teilnahme ohne Vereinszugehörigkeit (1 Tag) 40.- €
- Ein Scheck in Höhe von _____ € liegt bei.
- Überweisung an Herta Schmidt: „Kennwort Herbstaction 2011“
KtoNr.: 850 65 78 BLZ: 750 500 00 bei Sparkasse Regensburg
erfolgte am _____

Bitte senden an:
Frau Herta Schmidt
Lessingstraße 3, 93049 Regensburg
Tel./Fax : 0941/26359

Hiermit melde ich mich **verbindlich** zu folgenden Unterrichtseinheiten (UE) an:

Bitte UE - Nr. eintragen!

Samstag, 08.10.2011	
9.30-11.00	
11.15-12.45	
13.45-15.15	
15.30-17.00	
Sonntag, 09.10.2011	
9.15-10.45	
11.00-12.30	
13.30-15.00	
15.15-16.45	

Für Lizenzverlängerung (LZV) bitte verbindlich angeben:

Art der LZV (falls gewünscht) _____

Bei der Auswahl der Arbeitskreise (AK) für LZV bitte beachten:

ÜL C BLSV - Trainer C Turnen BTV alle Arbeitskreise möglich

B - Lizenz Sport für Ältere nur die mit **S** gekennzeichneten Arbeitskreise
B - Lizenz Prävention nur die mit **P** gekennzeichneten Arbeitskreise
Plus-Punkt-Gesundheit nur die mit **G** gekennzeichneten Arbeitskreise
Sport Pro Gesundheit nur die mit **G** gekennzeichneten Arbeitskreise

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

