

Das BLSV-Sportcamp Regen war „Gastgeber“ eines Übungsleiter-Lizenzverlängerungslehrgangs des BLSV-Sportbezirks Niederbayern



Die Lehrgangsteilnehmer mit Lehrgangsleiter Eugen Hohenwarter (ganz links) und BLSV-Geschäftsstellenleiter Tobis Riedl (7. von rechts)

Im BLSV Sportcamp Regen nutzten 30 Teilnehmer den ÜL-Lizenzverlängerungslehrgang „Ganz schön wackelig“ um sich fortzubilden.

Geschäftsstellenleiter Tobias Riedl begrüßte die Teilnehmer zusammen mit Bezirkslehrwart Eugen Hohenwarter und wünschte viel Spaß und Freude für das Wochenende im Sportcamp.

In Gruppenarbeit und Einzeltraining erarbeiteten die Sportler Möglichkeiten wie Gleichgewichtstraining sinnvoll abgehalten werden kann.

Jeder Einzelne konnte seine Erfahrung einbringen und sich im Ungewohnten zu versuchen. Hier kommt der Spaß niemals zu kurz. Eugen Hohenwarter erklärte, dass Gleichgewichtstraining mehr ist, als sich auf labilen Untergründen zu bewegen.

Vorgänge im Gehirn durch Koordinationstraining erklärte Hohenwarter genauso, wie die Arbeit der Analysatoren in Bewegungsparcours. So ging es in Bewegungslandschaften drunter und drüber, bei Funktionsgymnastik um Wahrnehmung und im Bogenschießen um Konzentration.

Zum Abschluss am Sonntag wurden in der freien Natur kurze Sequenzen im Qi Gong geübt.

Alle waren sich einig eine sehr schöne und lehrreiche Veranstaltung des BLSV-Sportbezirks Niederbayern besucht zu haben.)

Foto/Bericht E. H

