

**Die BLSV-Bezirksgeschäftsstelle
ist vom 12. – 16. August geschlossen!**

Weiterhin weisen wir darauf hin, dass es im gesamten August zu Einschränkungen bei den Öffnungszeiten kommen kann. Daher empfehlen wir eine telefonische Terminvereinbarung!

Vielen Dank für Ihr Verständnis und erholsame Ferientage!

Ihr Oberpfalz-Team

Inhalt

Förderung „Sport für Ältere“	2
SEPA-Infoveranstaltung in Schnaittenbach	2
Sportbürgermeister Gerhard Weber geehrt	2
Vortrag „Aktiv gegen Krebs“	3
Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“	3
Wettbewerb „Quantensprung 2020“	3
Verkauf von Speisen und Getränken	3
Termine Sportjugend	4
Termine Sportbezirk	6
Termine Sportkreise	8

Die
Nr.1 im

Sport

www.blsv-oberpfalz.de

Förderung „Sport für Ältere“

Die Senioren sind in den Sportvereinen im Vergleich zu den Bevölkerungszahlen die Gruppe mit dem geringsten Organisationsgrad. Aufgrund der demographischen Entwicklung wird der Seniorensport weiter an Bedeutung gewinnen und bietet das größte Potential an Mitgliederwachstum. Mit Mitteln des Bezirkstags der Oberpfalz fördert der BLSV-Sportbezirk Sportvereine mit **400,- €**, die in diesem Jahr neue Sportgruppen für Ältere (50+) eingerichtet haben. Der Zuschuss ist für die Anschaffung von Sportgeräten und Materialien zu verwenden. Je Verein kann nur ein Zuschuss gewährt werden. Weitere Auskünfte sowie das Antragsformular erhalten Vereinsvertreter bei der Bezirksgeschäftsstelle (Fon: 0941/29726-0 oder Mail: geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de). ■



SEPA-Infoveranstaltung in Schnaittenbach

Zum Stichtag 1. Februar 2014 werden sämtliche nationalen Lastschrift- und Überweisungssysteme durch neue Zahlungsinstrumente ersetzt. Ferner gelten ab diesem Tag im gesamten Euro-Raum nur noch die internationale Bankkontonummer (IBAN) und der internationale Bankcode (BIC). Speziell für Sportvereine mit Einzug der Mitgliedsbeiträge per Lastschrift ist es von zentraler Bedeutung, sich mit den SEPA-Regelungen vertraut zu machen und – falls noch nicht geschehen – schnellstmöglich mit der Planung und Umsetzung zu beginnen. Der BLSV-Bezirk Oberpfalz bietet deshalb in Kooperation mit der BLSV-Akademie einen kostenlosen Workshop in Schnaittenbach an. Referent ist Stefan Plößner von der Raiffeisenbank Weiden. ■



Termin: 24.09.2013 um 18.30 Uhr

Ort: Sportheim TuS Schnaittenbach
Jahnstraße 18
92253 Schnaittenbach

Anmeldung unter:
natalie.schwaegerl@blsv.de
(Bitte Name und Verein angeben)

Sportbürgermeister Gerhard Weber geehrt

Für seine Verdienste um den Sport in der Stadt Regensburg ist Bürgermeister Gerhard Weber (2. v. l.) mit der Silbernen Verdienstplakette des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) geehrt worden. Kreisvorsitzender Matthias Meyer betonte in seiner kurzen Ansprache, Weber erhalte diese Auszeichnung persönlich, aber auch stellvertretend für die Entscheidungsgremien der Stadt. „Es ist nicht selbstverständlich, was die Stadt Regensburg ihren Vereinen bietet“, betonte er. „Sie fördert und unterstützt ihre Sportvereine jährlich mit einem siebenstelligen Betrag und schafft auch die erforderliche Infrastruktur mit Sportplätzen und -hallen.“ Weber habe immer ein „offenes Ohr für Vorschläge und Anregungen zur Optimierung des Sports“ gehabt, sodass der Regensburger Sport sehr gute Rahmenbedingungen vorfinde.



Sportbürgermeister Weber erwiderte, er sei dem Sport seit Kindesbeinen verbunden, zunächst als aktiver Fußballer, später als Hobbysportler und in den letzten zehn Jahren als aktiver Läufer. Als Mitglied in mehreren Sportvereinen kenne er aus eigener Anschauung die Bedürfnisse und Erwartungen des Sports. „Für mich war es ein Glückstreffer, als ich vor mehr als 17 Jahren die Zuständigkeit für den Sport in unserer Stadt erhalten habe“, erklärte er. „Gemeinsam mit meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie dem Stadtrat konnte ich vieles verwirklichen wie beispielsweise den Neubau mehrerer Sporthallen, die Sanierung bestehender Sportanlagen und die Schaffung neuer Sportflächen, nicht zu vergessen natürlich die Durchführung vieler schöner Sportveranstaltungen.“ Er ernte immer wieder Erstaunen, wenn er zum Beispiel beim Deutschen Städtetag berichten könne, dass die Stadt Regensburg ihre Sportförderung in den letzten Jahren nicht gekürzt, sondern fast verdoppelt habe. ■



Bild oben: Peter Ferstl, Stadt Regensburg

Bild unten: Startschuss „30. Regensburger Altstadtlauf“ durch Bgm. Weber

Vortrag „Aktiv gegen Krebs“

Krebs ist die zweithäufigste Todesursache in Deutschland und in Bayern. Dabei kann die Krankheit durch eine gesunde Lebensweise, wie z.B. ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung, in vielen Fällen verhindert werden. Zudem ist nachgewiesen, dass Bewegung und Sport den Krankheitsverlauf bei Krebs positiv beeinflussen kann. Der Vortrag informiert darüber, welche Sportarten eine schützende Wirkung haben und die Heilungschancen positiv beeinflussen können. Sie findet im Rahmen des Schwerpunktthemas 2013 „Gesund.Leben.Bayern. Aktiv gegen Krebs“ des Gesundheitsministeriums statt. Die Veranstaltung ist kostenfrei. ■

Termin:

06.11.2013 um 19 Uhr

Ort:

Diözesanzentrum
Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg

Referentin:

Frau Prof. Dr. Jansen
Universität Regensburg

Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“

Neue Online-Datenbank zur Antragsstellung bzw. Verlängerung

Mit Hilfe einer neu entwickelten Online-Datenbank ist es zukünftig möglich, Neuanträge sowie Verlängerungen des Qualitätssiegels einfach am Computer mit Unterstützung eines Eingabeassistenten zu stellen. Eine Anleitung sowie den Link zum Online-Antrag finden Sie unter www.blsv.de > Sportwelten > Sport & Gesundheit ■



Wettbewerb „Quantensprung 2020“

Bis zu 5.000 € für Ihren Verein – Machen Sie mit!

Im Rahmen der gemeinsamen Aktion von Lotto Bayern und BLSV werden gesucht: besondere Ideen, Projekte und Aktionen, die Ihren Verein auch in Zukunft attraktiv machen. Die **Bewerbungsunterlagen** stehen als interaktive PDF-Dokument zum Download auf der Homepage des BLSV unter http://www.blsv.de/fileadmin/user_upload/pdf/Quantensprung/quantensprung_bewerbung_2013_interaktiv.pdf bereit. Bitte beachten: Die Jury entscheidet ausschließlich auf der Grundlage des ausgefüllten Bewerbungsformulars. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Frau Silke Rimbach unter silke.rimbach@blsv.de. **Einsendeschluss: 15.10.2013** ■



Verkauf von Speisen und Getränken

Problem des Steuersatzes: 19 % oder 7 %

Zur Problematik der Anwendung des allgemeinen Mehrwertsteuersatzes von 19 % bzw. ermäßigten Steuersatzes von 7 % gibt es nun ein aktuelles Schreiben des Bundesfinanzministeriums (BMF) vom 20.03.2013 mit Beispielfällen als Orientierungshilfe für verschiedene Abgrenzungsfragen beim Verkauf von Speisen und Getränken. Alleine schon der Einsatz von Biertischen und Bierbänken hat beispielsweise Einfluss auf den Steuersatz. Das BMF-Schreiben erhalten Sie bei Bedarf über die Bezirksgeschäftsstelle (Fon: 0941/29726-0 oder Mail: geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de) ■



BSJ Oberpfalz im BLSV



Impressionen – Sportjugend-Aktivitäten im Sommer



„Schwimmtag“ und „Erlebnisralley“ der Sportjugend Cham



„Kinder stark machen“ und „Mini-Championsleague“ der Sportjugend Regensburg



Fotowettbewerb „Junges Engagement in Regensburg“ der BSJ Regensburg in Kooperation mit dem Stadtjugendring. Schwerpunkt: Bedeutung und Attraktivität der Vereinsarbeit.

Du bist im Verein aktiv? Fange Dein freiwilliges Engagement mit Bildern ein.

Teilnahmeinfos unter www.junges-engagement-regensburg.de

Bis 30.09.2013 können Bilder eingereicht werden.

Termine Sportjugend

Fortbildung (AEJ) „Tolle Tipps für Trainer“ (8 UE)

Themen:

- Kleine Spiele – Anregungen für die Praxis
- Gesundheit und Bewegung - Koordinationstraining und Laufschnelle
- Ballspiele machen Spaß
- Training richtig planen und gestalten – theoretische Vorüberlegungen
- Tolle Tipps für Trainer für Jugendarbeit im Sportverein - sinnvolle Freizeitangebote und Übersportliches

Referenten der Sportjugend Regensburg:

Detlef Staude, Armin Strauß, Willi Meier und Benedikt Scheuerer

Dieser Lehrgang gilt zur Verlängerung mit 8 Unterrichtseinheiten für:

- Übungsleiter-C Breitensport (Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere)
- Trainer-C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit

Termin: 07.09.2013

Ort: SV Sallern Regensburg
Sattelbogener Str. 1c
93057 Regensburg

Gebühr: keine
(Mittagessen inklusive)

Anmeldung bis 03.09.2013:

Sportjugend Regensburg
Detlef Staude
Fon: 0175/8116792
Mail: detlef.staude@sportjugend-regensburg.de

Ausbildung Übungsleiter C-Breitensport „Profil Kinder und Jugendliche“ (143 UE inkl. Prüfung)

Inhalte der Ausbildung:

- Grundlagenwissen – Was versteht man unter Breitensport?
- Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Gestaltung von Breitensportangeboten im Kinder- und Jugendbereich
- Kenntnisse über Planung und Umsetzung von Sportangeboten nach den Bedürfnissen der speziellen Zielgruppe Kinder und Jugendliche
- Kenntnisse über den organisierten Sport, Sportstrukturen und Organisationsformen
- **Theorie:** Trainings- und Bewegungslehre, Methodik / Didaktik, Sportpädagogik, Sportbiologische Grundlagen, Voraussetzungen und Aufgaben des Übungsleiters, Verhalten bei Sportverletzungen, Entwicklungsphasen des Menschen, Sport und Ernährung, Sportrecht/Sportversicherung, Strukturen im organisierten Sport, Sportübergreifende Themen wie Doping, Fair play, Aggressionen im Sport, Sport und Umwelt, Kirche und Sport
- **Praxis:** Leichtathletik, Gymnastik/Funktionsgymnastik, Turnen, Schwimmen, Tanz, Große Spiele (Fußball, Handball, Volleyball, Basketball), Kleine Spiele, Koordinations- und Konditionsschulung, Trends, Einsatz von spezifischen Hand- und Kleingeräten, Förderung von Körpererfahrung und Körperbewusstsein

Teilnahmevoraussetzungen:

- Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
- Vollendung des 16. Lebensjahres bei Lehrgangsbeginn (Aushändigung der Lizenz mit Vollendung des 18. Lebensjahres)
- Erste-Hilfe-Kurs 16 Stunden (nicht älter als 2 Jahre)
- ausreichende Schwimmfähigkeiten
- volle Sporttauglichkeit
- Erfahrung in der Vereinsarbeit

Termin: 04.10. – 06.10.2013
11.10. – 13.10.2013
18.10. – 20.10.2013
25.10. – 27.10.2013
02.11. – 03.11.2013
09.11. – 10.11.2013
23.11.2013 Prüfung

Ort: Schwandorf

Gebühr: 125,- Euro
zzgl. 20,- Euro Material

Anmeldung:
www.blsv-qualinet.de,
Lehrgangsnr.: 612384
oder

bsj Bezirksgeschäftsstelle
Birgit Spangenberg
Dr.-Gessler-Str. 2
93051 Regensburg
Tel.: 0941/29726-15
Fax: 0941/29726-18
geschaeftsstelle@bsj-oberpfalz.de

Fortbildung „Sport im Team“ (8 UE)

Programminhalte:

1. Fußball:

- Aufwärmen
- Technikformen
- Verschiedene Spielformen
- Koordinative Anforderungen und „Life-Kinetik“

Referentin: Christina Eckmann (Bundesligaspielerin bis 2012)

2. Karate:

- Einführung
- Karategrundschule, Vorstellung verschiedener Techniken
- Die wichtigsten Regeln, Grundprinzipien, Grunddisziplin
- Reaktionsvermögen und das Verhalten am Partner

Referent: Anton Jellen (1. Dan Karateka)

Bitte mitbringen:

Sportkleidung, feste Hallenschuhe mit hellen Sohlen, Handtuch

Dieser Lehrgang gilt zur Verlängerung mit 8 Unterrichtseinheiten für:

- Übungsleiter-C Breitensport (Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere)
- Trainer-C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit

Termin: 19.10.2013
Beginn: 09.00 Uhr

Ort: Dreifachturnhalle
Eingang Max-Reger-Str.
93426 Roding

Gebühr: 20,- Euro
(inkl. Imbiss, Getränke,
Skripte)

Anmeldung:
Sportjugend Cham
Birgit Daschner
Fon: 09972/259955
Mail: birgit.daschner@bsj-cham.de

Ausbildung Übungsleiter B „Sport im Elementarbereich (3-6 Jährige)“ (60 UE inkl. Prüfung)

Inhalte der Ausbildung:

Theorie: Grundlagen frühkindlicher Bewegungserziehung, Spielverhalten von Kindern, Belastbarkeit von Kindern, Sportmotorische Entwicklung, Konditionelle und koordinative Fähigkeiten, Psychomotorik, Ernährung und Bewegung, Lernverhalten von Kindern, Planung u. Aufbau einer Übungsstunde für Kinder, Lehrversuche / Lehrübung – Organisatorisches, Haltungs- und Bewegungsauffälligkeiten, Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS), Gewalt im Sport, Aufsichtspflicht und Haftung, Versicherungsfragen, Bewegungskindergärten, Organisation eines Spielfestes

Praxis: Spielideen für und mit allen Sinnen, verschiedene Spielformen und –arten, Kennenlernspiele, Kleine Spiele, Kreatives Spielen, Musik und Bewegung, Körpererfahrung, Materialerfahrung, Sozialerfahrung, Großgeräte für Kleine, Bewegungslandschaften, „Schwimmen“ im Elementarbereich, Entspannung

Teilnahmevoraussetzungen:

- Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
- Übungsleiter-C oder Trainer-C der 1. Lizenzstufe oder Erzieher/-innen- oder Pfleger/-innen oder adäquate pädagogische Ausbildung

Prüfungsform und -umfang:

Die Prüfung setzt sich zusammen aus dem schriftlichen Test und der Lehrprobe (Lehreignungsprüfung). Der erfolgreiche Abschluss und die regelmäßige Teilnahme am gesamten Lehrgang sind Voraussetzungen zur Lizenzerteilung.

Wichtige Hinweise:

- Inhaber der 1. Lizenzstufe erhalten die 2. Lizenzstufe
- Erzieher/-innen, etc. erhalten ein Teilnehmerzertifikat

Termin: 20.09.-22.09.2013
28.09.-29.09.2013
Prüfung 05.10.2013
(Freitag ab 18.00 Uhr;
Sa./So. ab 09.00 Uhr)

Ort: Weiden

Gebühr: 120,- Euro

Anmeldung:

QualiNet (www.blsv-qualinet.de),
Lehrgangsnr.: 612382
oder

bsj Bezirksgeschäftsstelle

Birgit Spangenberg
Dr.-Gessler-Str. 2
93051 Regensburg
Tel.: 0941/29726-15
Fax: 0941/29726-18
geschaeftsstelle@bsj-oberpfalz.de

Termine Sportbezirk

Ausbildung zum Übungsleiter-B „Sport in der Prävention“ Basislehrgang (30 UE)

Inhalte der Basisausbildung:

- Bedeutung und Zusammenhang von Sport und Gesundheit
- Bedeutung ganzheitlicher Bewegungsangebote für die Entwicklung des Menschen
- Anatomische und physiologische Grundlagen zum Sport in der Prävention
- Funktionelle Bewegungslehre und Trainingslehre
- Planung und Organisation von gesundheitsorientierten (Kurs-) Angeboten im Verein
- Theoretische Grundlagen zu den Praxisinhalten
- Grundlagen zur gesundheitsbewusster Ernährung und Entspannung

Umfang des Angebots:

Die Ausbildung erfolgt nach den geltenden Richtlinien des DOSB umfasst 30 Unterrichtseinheiten inkl. Prüfung.

Prüfungsform: Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Test.

Teilnahmevoraussetzungen:

- Mitgliedschaft und Tätigkeit in einem BLSV-Verein (Bestätigung durch den Verein ist zu Lehrgangsbeginn vorzulegen)
- Übungsleiter C oder Trainer C

Termin: 09./10.11.2013
16.11.2013

Ort: Regensburg

Gebühr: 90,00 Euro
inkl. Lehrgangsordner

Anmeldung:

www.blsv-qualinet.de (QualiNet,
Lehrgangs-Nr.: 612396) oder
schriftlich an die
BLSV-Bezirksgeschäftsstelle
(Kontaktdaten siehe Seite 7)

Die komplette **Ausschreibung**
finden Sie unter www.blsv-oberpfalz.de > Bildung > ÜL-
Ausbildung

Ausbildung zum Übungsleiter-B „Sport in der Prävention“ Profillehrgang „Herz-Kreislauf-Training“ (30 UE)

Inhalte der Profilausbildung:

- Ausdauertraining in Theorie und Praxis
- Risikofaktoren und Zivilisationskrankheiten
- Vorteile eines präventiven Trainings
- Didaktik und Methodik
- Geh- und Laufschiule
- Ausdauerzirkel und -tests
- Spielerisches Herz-Kreislauf-Training
- Körperarbeit
- Praxisbausteine

Umfang des Angebots:

Die Ausbildung erfolgt nach den geltenden Richtlinien des DOSB und umfasst 30 Unterrichtseinheiten inkl. Prüfung.

Prüfungsform:

Die Prüfung besteht aus der Lehrprobe (Lehreignung).
Der erfolgreiche Abschluss und die regelmäßige Teilnahme am Lehrgang sind Voraussetzungen zur Lizenzerteilung bzw. zum Eintrag des Profils in die Lizenz ÜL-B „Sport in der Prävention“.

Teilnahmevoraussetzungen:

- Mitgliedschaft und Tätigkeit in einem BLSV-Verein
- Übungsleiter C oder Trainer C
- Teilnahme am Basislehrgang (30 UE) der Ausbildung Übungsleiter-B „Sport in der Prävention“

Hinweis:

Für die gesamte Ausbildung ÜL-B „Sport in der Prävention“ (d. h. bei gleichzeitiger Anmeldung Basisausbildung und Profilausbildung „Herz-Kreislauf-Training“) beträgt die Lehrgangsgebühr 180,- € inkl. Lehrgangsordner.

Termin: 17.11.2013
23./24.11.2013
29.11./30.11.2013

Ort: Regensburg

Gebühr: 90,00 Euro
inkl. Unterlagen

Anmeldung:

www.blsv-qualinet.de (QualiNet, Lehrgangs-Nr.: 612397) oder schriftlich an die BLSV-Bezirksgeschäftsstelle Dr.-Gessler-Str. 2 93051 Regensburg Fax: 0941/29726-18 Mail: geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de

Die komplette **Ausschreibung** finden Sie unter www.blsv-oberpfalz.de > Bildung > ÜL-Ausbildung

Ausbildung zum Übungsleiter-C-Breitensport „Profil Erwachsene/Ältere“ (137 UE inkl. Prüfung)

Inhalte der Ausbildung:

- **Theorie:** Trainings- und Bewegungslehre, Methodik / Didaktik, Sportpädagogik, Sportbiologische Grundlagen, Voraussetzungen und Aufgaben des Übungsleiters, Verhalten bei Sportverletzungen, Entwicklungsphasen des Menschen, Sport und Ernährung, Sportrecht/Sportversicherung, Strukturen im organisierten Sport, Sportübergreifende Themen wie Doping, Fair play, Aggressionen im Sport, Sport und Umwelt, Kirche und Sport, etc.
- **Praxis:** Leichtathletik, Gymnastik/Funktionsgymnastik, Turnen, Schwimmen, Tanz, Große Spiele (Fußball, Handball, Volleyball, Basketball), Kleine Spiele, Koordinations- und Konditionsschulung, Trends, Einsatz von spezifischen Hand- und Kleingeräten, Förderung von Körpererfahrung und Körperbewusstsein, etc.

Teilnahmevoraussetzungen:

- Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
- Vollendung des 17. Lebensjahres (Aushändigung der Lizenz mit Vollendung des 18. Lebensjahres)
- Erste-Hilfe-Kurs 16 Stunden (nicht älter als 2 Jahre)
- ausreichende Schwimmfertigkeiten
- Tätigkeit im Sportverein
- Volle Sporttauglichkeit

Anmeldeschluss: 26.08.2013

Termin: 02.-07.09.2013
14./15.09.2013
21./22.09.2013
05./06.10.2013
12./13.10.2013
18./19.10.2013

Ort: Obertraubling / Regensburg

Gebühr: 195,- Euro
inkl. Lehrgangsordner

Anmeldung:

www.blsv-qualinet.de (LG-Nr.: 612395) oder schriftlich an die BLSV-Bezirksgeschäftsstelle (Kontaktdaten siehe oben)

Die komplette **Ausschreibung** finden Sie unter www.blsv-oberpfalz.de > Bildung > ÜL-Ausbildung

Termine Sportkreise

„Herbst-Action 2013“ (15 UE)

05./06.10.2013 in Cham, Bürgermeister-Vogel-Straße 6 (Städt. Zweifachhalle)

Der **Turngau Oberpfalz Süd** und der **BLSV-Kreis Cham** laden alle Übungsleiter/-innen, Lehrkräfte, Erzieher/-innen, Sportvereinsmitarbeiter, Übungsleiterassistenten, Clubassistenten und Interessierte zur „Herbst-Action 2013“ ein. Sie ist zur **Lizenzverlängerung** von ÜL-C-Breitensport „Kinder und Jugendliche“ und „Erwachsene und Ältere“, Trainer-C „Turnen-Fitness-Gesundheit“, ÜL-B-„Sport in der Prävention“, ÜL-B-„Sport für Ältere“ und dem Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ anerkannt. **Die ausführliche Ausschreibung mit Workshop-Übersicht, Anmeldeformular und allen wichtigen Hinweisen sind unter www.blsv-oberpfalz.de > Bildung > ÜL-Fortbildung zu finden.** Gerne hilft auch die Bezirksgeschäftsstelle weiter.



Fortbildung „Effektiv trainieren“ (8 UE) mit Ganzkörper-Workout, Energy-Yoga und AROHA 2

Inhalte der Fortbildung:

- Ganzkörper-Workout
- Energy-Yoga
- AROHA 2 (mit kurzer Rückschau auf AROHA 1)
- „Wellness pur“

Referent:

Christopher Oellerich
Monika Engelhardt

Teilnahmevoraussetzungen:

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Wichtige Hinweise

Bitte Gymnastikmatten mitbringen.

Dieser Lehrgang gilt zur Verlängerung mit 8 Unterrichtseinheiten für:

- Übungsleiter-C Breitensport (Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere)
- Trainer-C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit

Termin: 09.11.2013
Beginn: 09.00 Uhr

Ort: Schulturnhalle Erbendorf

Gebühr: 30,- Euro

Anmeldung:

Sportkreis Tirschenreuth,
Gerlinde Fürst,
Referentin „Sport für Ältere“ und
Lehrgangsführung,
Fon: 09682/3339
Mail: fuerst-g@gmx.de

Fortbildung „Qi Gong für Senioren“ (keine Lizenzverlängerung möglich)

Inhalte:

Qi Gong als Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin beruht auf seiner ganzheitlichen, Körper, Geist und Seele umfassenden Gesundheitsvorstellung. In diesem, speziell für Senioren geeignetem, Angebot wird es eine Einführung in Qi Gong geben. Sanfte Atem- und einfache Bewegungsübungen werden erlernt und gemeinsam durchgeführt.

Referentinnen:

Uschi Grau (Qi Gong Lehrerin)

Teilnahmevoraussetzungen:

Übungsleiter und interessierte Senioren, die Mitglied in einem BLSV-Verein sind

Wichtige Hinweise:

Mitzubringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe, Matte, evtl. Decke

Termin: 26.10.2013
von 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: Schulturnhalle Ensdorf
Schulstr. 10
92266 Ensdorf

Gebühr: 15,- €

Anmeldung:

Sportkreis Amberg-Sulzbach,
Barbara Hernes,
Referentin „Sport für Ältere“ und
Lehrgangsführung,
Fon: 09624/922956
Mail: barbara.hernes@web.de

Fortbildung „Beweglichkeit aktiv fördern und erhalten“

(keine Lizenzverlängerung möglich)

Inhalte:

- 1. Teil:** Theoretische Grundlagen zum Thema „Beweglichkeit und deren Erhaltung“; Praktische Übungen zur Beweglichkeitsschulung
- 2. Teil:** a) Übungen mit Bällen zur Koordinationsschulung
b) Einführung in die paralympische Sportart Sitzvolleyball

Referentinnen:

1. Teil: Christian Scharf
2. Teil: Sigrid Markgraf-Rank

Teilnahmevoraussetzungen:

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Wichtige Hinweise:

- Bitte Schreibzeug und Sportkleidung mitnehmen.
- Wer an beiden Teilen der Fortbildung teilnehmen möchte, sollte die Lehrgangsleitung 1 Woche vorher wegen einem eventuellen Mittagsmenu kontaktieren.

Termin: 05.10.2013
Teil 1: 09.00 - 12.00 Uhr
Teil 2: 13.00 - 16.00 Uhr

Ort: Stadthalle
Maxhütte-Haidhof
Nordgastr. 1

Gebühr: 15,- €

Anmeldung:

Sportkreis Schwandorf,
Sigrid Markgraf-Rank,
Referentin „Sport für Ältere“ und
Lehrgangsleitung,
Fon: 09471/200573 nach 16.00 Uhr
Mail: s-h-rank@t-online.de

Fortbildung zur Lizenzverlängerung (15 UE)

DJK Diözesanverband Eichstätt in Kooperation mit dem BLSV-Sportkreis Neumarkt



Themen:

- Funktionelles Dehnen
- Brasils: Schüttle dich fit!
- Fitnesstests
- Starker Rücken
- Erlebnispädagogik
- Body-Weight-Exercises
- Wellness-/Entspannungs-Zirkeltraining

Dieser Lehrgang gilt zur Verlängerung mit 15 Unterrichtseinheiten für:

- Übungsleiter-C Breitensport (Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere)

Termin: 09./10.11.2013

Ort: Grundschule
(Schulungsraum)
Schulstraße
92367 Pilsach

Infos/Anmeldung:

DJK Geschäftsstelle Eichstätt
Fon: 08421/50670 oder 50672
Mail: djk@bistum-eichstaett.de

Impressum

Oberpfalz Sport Infomagazin des BLSV-Sportbezirks Oberpfalz

Herausgeber

Bayerischer Landes-Sportverband e.V.
Bezirk Oberpfalz
Bezirksvorsitzender Hermann Müller

Redaktion:

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

Der „Oberpfalz-Sport“ erscheint alle zwei Monate.

Redaktionsschluss für die Ausgabe 140: 01.10.2013
Erscheinungstermin: 42. Kalenderwoche 2013