

## ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

### VON AUFWÄRMEN BIS ENTSPANNUNG - PRAXISTIPPS FÜR DIE ÜBUNGSSTUNDE

<b>Veranstaltungsnummer</b>	105FB0219
<b>Start- / Enddatum</b>	09.02.2019 - 10.02.2019
<b>Dauer</b>	15 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Ansbach, Mädchenturnhalle Luitpoldschule Feuchtwanger Str. 2,91522 Ansbach
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 105FB0219 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	Lehrgänge, bei denen extravagante Geräte zum Einsatz kommen, sind spannend und innovativ, jedoch nicht immer in der Vereinspraxis umsetzbar. Bei diesem Lehrgang werden Beispiele für Sportstunden aufgezeigt, die Sie anschließend eins zu eins in Ihrem Verein umsetzen können. Überall und jederzeit. Die Ablaufpläne und einige Hinweise bekommen Sie mit nach Hause, um so einzelne Bausteine oder ganze Übungseinheiten mit Ihrer Gruppe einfach und bequem umsetzen zu können.
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aufwärmideen</li><li>- Kräftigungsübungen und Kraftzirkel zum Nachmachen</li><li>- Komponenten zur Ausdauerschulung</li><li>- Ausdauer und Kraft spielend trainieren</li><li>- Spielerische Elemente</li><li>- Entspannung und Ausklang</li><li>- Theoretische Abrundung der Inhalte mit Tipps zum Stundenaufbau</li></ul>
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Organisatorische Hinweise</b>	Bitte bringen Sie die Originallizenz zum Lehrgang mit.
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Alfred Aldenhoven
<b>Referenten</b>	Katja Bartsch Thomas Neu Maximilian Zagel Sylvia Knabe
<b>Lizenzverlängerungen</b>	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport für Ältere Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter B Sport in der Prävention
<b>Termin</b>	09.02. - 10.02.:
<b>Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied</b>	<b>60,00 €</b>

<b>Meldeschluss</b>	08.02.2019
<b>Anzahl der Plätze</b>	30
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Mittelfranken
<b>Ansprechpartner</b>	Michaela Tesauro, <a href="mailto:lehrgang@blsv-mfr.de">lehrgang@blsv-mfr.de</a>