



Qualifizierung im Sport

# Aus- und Fortbildung 2017

*Finde heraus,  
was gut für dich ist!*

SPORT BEWEGT DEN KREIS!





Sparkasse bewegt die Region!

Gut.

Für den Sport. Für die Region.

Sport stärkt den Zusammenhalt, fördert die Leistungsbereitschaft und schafft Vorbilder. Deshalb unterstützen und fördern die Sparkassen mit vielen Spenden- und Sponsoringbeträgen das sportliche Engagement vor Ort und stärken in 2017 die Ausbildungsförderung des KSB.

Sparkasse - Gut für Sie. Gut für den Sport.

Wenn's um Geld geht



Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,  
Liebe Leserinnen und Leser,

im Kreis Kleve unterstützen wir als KreisSportBund zukunftsorientierte und innovative Sportentwicklungen. Wir begleiten die Vorstände und Übungsleiter in ihren fortlaufenden Bemühungen um einen kontinuierlichen Verbesserungsprozess und implementieren damit ein Qualitätsmanagement im Sport. Wir bieten Ihnen für das Jahr 2017 mit rund 60 Aus- und Fortbildungen wieder ein umfassendes und vielseitiges Qualifizierungsangebot.

Sie finden in unserer Broschüre: Aus- und Fortbildungen sowohl für Einsteiger als auch für erfahrene Übungsleiter/innen, Qualifizierungsmaßnahmen, die Trends, neue wissenschaftliche Erkenntnisse und bedarfsorientierte, aktuelle Entwicklungen aufgreifen.

Schwerpunkt unserer Aus- und Fortbildungen ist es, Ihnen ein qualifiziertes, vielseitiges Lehrgangsangebot zu unterbreiten. Die erfolgreichen Kooperationen mit dem SportBildungswerk Kleve, dem Rehabilitations- und Behindertensportverband NRW, dem Leichtathletikverband Nordrhein, der DLRG Kleve, Goch und Geldern sowie dem Landessportbund NRW und die enge Anbindung unserer Sportjugend im Kreis Kleve sorgen für viele hoch interessante Aus- und Fortbildungen.

Zur Förderung des Ehrenamtes ist Qualifizierung und Bereitschaft ein wichtiger Baustein.

Ab 2017 wird unser Partner, das SportBildungswerk, die Qualifizierung im Kreis absichern.

Wir hoffen, dass Ihnen unser breitgefächertes Qualifizierungsangebot gefällt und würden uns sehr freuen, Sie in unseren Aus- oder Fortbildungen im Jahr 2017 begrüßen zu können.

Übrigens, für Anregungen und Hinweise für die kommenden Jahre sind wir immer dankbar!

Viel Vergnügen !

Mit sportlichen Grüßen

Lutz Stermann

1. Vorsitzender KSB Kleve

Jürgen Elser

Leiter des SportBildungswerk Kleve



**KreisSportBund Kleve e.V.**

Geschäftsstelle  
Kevelaerer Str. 53  
47626 Kevelaer

Telefon: 02832-98646  
Fax: 02832-98648  
E-Mail: info@ksb-kleve.de  
Internet: www.ksb-kleve.de

KreisSportBund  
Kleve e.V.



**Sportjugend im  
KreisSportBund Kleve e.V.**

Geschäftsstelle  
Kevelaerer Str. 53  
47626 Kevelaer

Telefon: 02832-98646  
Fax: 02832-98648  
E-Mail: sportjugend@ksb-kleve.de  
Internet: www.sportjugend-kleve.de

Sportjugend  
KreisSportBund Kleve e.V.



**SportBildungswerk des  
KreisSportBund Kleve e.V.**

Jürgen Elser  
Grunewaldstr. 56a  
47608 Geldern

Telefon: 02831-86510  
Fax: 02831-1340966  
E-Mail: juergen.elser@freenet.de  
Internet: www.sportbildungswerk-kleve.de

SPORTBILDUNGSWERK  
LANDESSPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



<b>Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)</b>	7
<b>Übersicht „Qualifizierung im Sport 2017“</b>	12
<b>Ausbildungen 1. Lizenzstufe - Gruppenhelfer/in</b>	
Gruppenhelfer/-innen-Ausbildung I	14
Gruppenhelfer/-innen-Ausbildung II	16
<b>Ausbildungen 1. Lizenzstufe - Übungsleiter/in-C</b>	
Basismodul Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C und Jugendleiter/-in	17
Aufbaumodul Übungsleiter/-in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	19
Übungsleiter/-in-C Breitensport Aufbaumodul Kinder und Jugendliche	22
<b>Ausbildung 2. Lizenzstufe - Bewegungsförderung</b>	
Zertifikat Bewegungsförderung in Sportverein und Kita	24
<b>Ausbildung 2. Lizenzstufe - Rehabilitation</b>	
Übungsleiter/-in-B Sport in der Rehabilitation, Basismodul Erwachsene	27
Übungsleiter/-in-B Sport in der Rehabilitation Aufbaumodul Orthopädie	28
<b>Fortbildungen 1. Lizenzstufe</b>	
„Power in the House!“ - Core Training und Faszientraining mit PILATES	30
Step - 1001 Variationen	30
Leichtathletik mit Kindern	31
Faszien Pilates	32
Funktionelles Rücken- und Stabilitätstraining – richtige Haltung, mehr Kraft, bessere Beweglichkeit und Entspannung	33
Pilates für Einsteiger	34
Gesundheitsförderung im/durch Breitensport Schwerpunkt: Ausdauer	34
Functional Training - TRX Suspension- und Outdoortraining	35
Core & More – Functional Fit + Faszientraining	36
Functional Cross- Fitnessübungen mit und ohne Gerät	37
„Wenn ich sitze, dann sitze ich – und wenn ich tanze, dann tanze ich!“ - Meditation und Tanz	39
Vinyasa Flow und Faszien-YOGA – kraftvoll, dynamisch, fließend, schwungvoll	39
TRX Suspension Training	40
Functional Fit & Bodyweight Training	41
Trendsport: Kinball und Ultimate Frisbee	42
Rückenschule	43

**Impressum**

**Herausgeber**

SportBildungswerk Kleve

**Redaktion**

Jürgen Elser (V.i.S.d.P.)

**Gestaltung**

Christoph Kirstein

**Fotos**

SportBildungswerk Kleve  
www.lsb-nrw.de/bilddatenbank, Andrea Bowinkelmann

**2. Auflage**

YOGA – Kraft, Stabilität und Entspannung für Schultern, Nacken und Rücken	43
Tai Chi	44
Body & Mind Balance - Haltung, Bewegung, Körperwahrnehmung und Entspannung (15 LE)	45
<b>Fortbildungen 2. Lizenzstufe - Bewegungsförderung</b>	
Spiderman + Co - Superhelden in Aktion!	46
Spiele aus der Hosentasche	46
Ringen & Raufen	47
Bewegungstheater - Kreative Bewegungserziehung	47
Spiel, Musik, Tanz - musikalische Erziehung im Kleinkindalter	48
Benno Buchstabe - Spielerische Sprachförderung	49
Klettern, Kullern, Purzelbaum – Erlebnisorientierte und ganzheitliche Bewegungsförderung für 1–3 Jährige	49
<b>Fortbildungen 2. Lizenzstufe - ÜL-B Prävention</b>	
Faszien- und Core-Training in der Prävention	50
Stabilitäts- und Faszientraining in der Prävention	51
Starker Rücken - starker Bauch	52
<b>Fortbildungen 2. Lizenzstufe - ÜL-B Rehabilitation</b>	
INKLUSION - Sport und Spiel in einer heterogenen Gruppe für Menschen mit und ohne Behinderungen	53
101 Spiele-Enzyklopädie	53
Beckenboden- und Wirbelsäulengymnastik - Einführungslehrgang	54
Orthopädische Begleiterkrankungen im Rehasport	55
Durchblutungsstörungen in den Beinen bei CVI und PAVK	55
Beckenboden- und Wirbelsäulengymnastik - Aufbaulehrgang	56
Mobilitätstraining und Schulung im Umgang mit Rollatoren	57
Tanzen mit Senioren	57
<b>Erste Hilfe</b>	
Fortbildung „Erste Hilfe bei Sportverletzungen/Sportunfällen“	58
Kompaktseminar für Übungsleiter	60
<b>Anmeldeformular</b>	62

*1. Geltungsbereich*

Für die Geschäftsbeziehung zwischen dem Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme und dem sich zu der jeweiligen Qualifizierungsmaßnahme anmeldenden Teilnehmenden gelten ausschließlich die nachfolgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen in ihrer zum Zeitpunkt der Anmeldung gültigen Fassung. Abweichende Bedingungen des Teilnehmenden werden nicht anerkannt, es sei denn, der jeweilige Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme stimmt ihrer Geltung ausdrücklich zu.

*2. Vertragspartner*

Der Vertrag über die Teilnahme an einer Qualifizierungsmaßnahme kommt ausschließlich zwischen dem in der Ausschreibung benannten Veranstalter und dem Teilnehmenden zustande.

Für die Organisation, Durchführung und die Inhalte der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme ist ausschließlich der jeweilige Veranstalter verantwortlich.

*3. Anmeldeverfahren und -bedingungen*

3.1. Der Teilnehmende meldet sich zu den angebotenen Qualifizierungsmaßnahmen persönlich, schriftlich, elektronisch oder über die Internetportale unter Verwendung des dort bereitgehaltenen Anmeldeverfahrens (siehe hierzu Ziffer 3.2.) beim jeweiligen Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme an.

3.2. Die Anmeldung über ein Internetportal kann nur erfolgen, wenn der Teilnehmende durch Bestätigung der Schaltfläche „Ich habe die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelesen und akzeptiere diese“ sowie der Schaltfläche „Einwilligungserklärung zum Datenschutz“ diese Vertragsbedingungen akzeptiert und dadurch in seinen Antrag aufgenommen hat.

3.3. Der Teilnehmende erhält eine Eingangsbestätigung schriftlich oder elektronisch. Diese bestätigt lediglich den Eingang der Anmeldung zu einer Qualifizierungsmaßnahme und stellt noch keine Annahme des Antrags dar. Der Vertrag mit dem Teilnehmenden kommt erst durch Übersendung der ausdrücklichen Anmeldebestätigung durch den jeweiligen Veranstalter der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme zustande. Diese erfolgt innerhalb von 10 Arbeitstagen nach Eingang der Anmeldung. Der Teilnehmende bleibt über diesen Zeitraum an seine Anmeldung gebunden. Ein Rücktritt von der Anmeldung ist unter den in Ziffer 8., eine Umbuchung oder Ersetzungsbefugnis unter den in Ziffer 7. dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen vereinbarten Bedingungen möglich.

3.4. Ist eine gebuchte Qualifizierungsmaßnahme bereits ausgebucht, wird der Teilnehmende darüber informiert. In diesem Fall entfällt die Bindungswirkung des von dem Teilnehmenden abgegebenen Angebots. Kosten fallen für den Teilnehmenden nur dann an, wenn er verbindlich die Anmeldebestätigung erhält.

3.5. Der Teilnehmende erhält rechtzeitig vor Beginn der Qualifizierungsmaßnahme eine Einladung schriftlich oder per E-Mail mit weiteren spezifischen Informationen.

*4. Widerrufsrecht bzw. Ausschluss des Widerrufsrechts*

4.1. Handelt es sich um einen Vertrag zur Erbringung von Dienstleistungen in den Bereichen Beherbergung zu anderen Zwecken als zu Wohnzwecken sowie zur Erbringung weiterer Dienstleistungen im Zusammenhang mit Freizeitbetätigungen und sieht der Vertrag für die Erbringung einen spezifischen Termin oder Zeitraum vor, steht dem Teilnehmenden, auch wenn es sich um einen Verbraucher handelt, kein Widerrufsrecht zu (vgl. § 312g Absatz 2 Nr. 9 BGB).

4.2. In allen anderen Fällen steht dem Teilnehmenden das folgende Widerrufsrecht zu, wenn es sich bei ihr bzw. ihm um eine Verbraucherin bzw. einen Verbraucher und es sich bei dem Vertrag um einen Fernabsatzvertrag handelt oder der Vertrag außerhalb von Geschäftsräumen geschlossen wurde:

*Widerrufsrecht für Verbraucher*

Diese Klausel gilt nur für Verbraucher im Sinne von §13 BGB (Privatkunden), das heißt jede natürliche Person, die ein Rechtsgeschäft zu einem Zweck abschließt, der weder ihrer gewerblichen noch ihrer selbständigen beruflichen Tätigkeit zugeordnet werden kann:

*Widerrufsbelehrung, Widerrufsrecht*

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.

Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie den jeweiligen Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen sollten, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

### Besonderer Hinweis

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

### Ende der Widerrufsbelehrung

#### 5. Preise

Der Preis (Teilnahmegebühr) für die Teilnahme an einer Qualifizierungsmaßnahme ist bei den einzelnen Angeboten angegeben. Die Veranstalter können Ermäßigungen einräumen.

#### 6. Zahlungsbedingungen

6.1. Der Teilnehmer erhält mit dem Vertrag vom jeweiligen Veranstalter der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme eine Rechnung. Es besteht die Möglichkeit, nach Maßgabe der bei den jeweiligen Angeboten angegebenen Zahlungsziele per SEPA-Lastschriftverfahren oder durch Überweisung den Rechnungsbetrag zu zahlen.

6.2. Kommt es beim Lastschriftverfahren zu einer Rücklastschrift und werden hierdurch dem Veranstalter Kosten in Rechnung gestellt, ist der Veranstalter berechtigt, diese Kosten nebst einer angemessenen Bearbeitungsgebühr von dem Teilnehmenden erstattet zu bekommen, soweit dieser die Rücklastschrift zu vertreten hat. Der Teilnehmende hat hierbei insbesondere fehlerhafte Angaben bei der Bankverbindung und eine unzureichende Kontendeckung zu vertreten.

#### 7. Umbuchung, Ersetzungsbefugnis

7.1. Bei Qualifizierungsmaßnahmen kann der Teilnehmende bis zu sechs Wochen und einem Tag (bis zum 43. Tag) vor Beginn der Maßnahme gegen eine pauschale Umbuchungsgebühr in Höhe von 15,00 Euro eine Umbuchung auf eine andere Maßnahme desselben Veranstalters vornehmen.

7.2. Der Teilnehmende kann bis 7 Tage vor Beginn einer Qualifizierungsmaßnahme verlangen, dass an dessen Stelle eine Ersatzperson an der Maßnahme teilnimmt. Besteht ein Angebot aus mehreren Teilen oder Abschnitten, kann die Ersetzungsbefugnis nur für das gesamte Angebot erklärt werden. Eine Ersetzungsbefugnis nur für einzelne Teile oder Abschnitte eines Angebots ist ausgeschlossen. Es ist erforderlich, dass die Ersatzperson in alle Rechte und Pflichten des Vertrages eintritt und sich unter Berufung auf die Ersetzungsbefugnis gesondert anmeldet. Der Ver-

anstalter kann dem Eintritt der Ersatzperson widersprechen, wenn diese den besonderen Qualifikationserfordernissen nicht genügt oder deren Teilnahme gesetzliche Vorschriften oder behördliche Anweisungen entgegenstehen.

7.3. Bei Eintritt eines Dritten fällt eine Bearbeitungspauschale in Höhe von 25,00 Euro an, die sofort zur Zahlung fällig ist. Tritt eine Ersatzperson in den Vertrag ein, so haften der Teilnehmende und die Ersatzperson für die Teilnahmegebühren und die durch den Eintritt entstehenden Mehrkosten als Gesamtschuldner.

#### 8. Rücktritt des Teilnehmenden und Stornobedingungen

8.1. Der Teilnehmende kann jederzeit vor Beginn der Qualifizierungsmaßnahme nach Maßgabe der folgenden Bedingungen von seiner Anmeldung bzw. vom Vertrag zurücktreten. Besteht ein Angebot aus mehreren Teilen, kann der Rücktritt nur für die gesamte Maßnahme erklärt werden. Der Rücktritt von einzelnen Teilen bzw. Abschnitten von Maßnahmen ist ausgeschlossen. Der Rücktritt ist ausschließlich unter Angabe der Lehrgangsnummer schriftlich per Post, per Telefax oder E-Mail gegenüber dem jeweiligen Veranstalter zu erklären. Maßgeblich ist der Eingang der Rücktrittserklärung beim Veranstalter. Der Teilnehmende ist für die Tatsache des Zugangs und den Zeitpunkt des Zugangs beweispflichtig.

8.2. Tritt der Teilnehmende von der Buchung zurück oder tritt er eine Qualifizierungsmaßnahme nicht an, kann der Veranstalter unter Berücksichtigung gewöhnlich ersparter Aufwendungen und der gewöhnlich anderweitigen Verwendung der angebotenen Leistungen angemessenen Schadensersatz nach den folgenden Pauschalsätzen verlangen.

8.3. Soweit bei den Zahlungsbedingungen der einzelnen Maßnahmen nicht abweichende Stornoregelungen angegeben sind, werden die nachfolgenden Stornopauschalen fällig. Die Höhe dieser Stornopauschalen richtet sich nach dem Zeitpunkt des Rücktritts und beträgt je Teilnehmendem:

#### Für Maßnahmen ohne Unterkunft und Verpflegung

- bis zum 14. Tag vor Beginn 30 % des Preises, jedoch mindestens 25,00 Euro,
- ab dem 13. Tag 90 % des Preises, jedoch mindestens 25,00 Euro.

#### Für Maßnahmen mit Unterkunft und Verpflegung

- bis zum 45. Tag vor Beginn 15 % des Preises,
- bis zum 44. - 22. Tag vor Beginn 20 % des Preises,
- bis zum 21. - 15. Tag vor Beginn 30 % des Preises,
- bis zum 14. - 7. Tag vor Beginn 50 % des Preises,
- ab dem 6. Tag vor Beginn 70 % des Preises,
- ab dem 1. Tag vor Beginn 90 % des Preises.

8.4. Der Veranstalter behält sich vor, anstelle der vorstehenden Pauschalen eine höhere, individuell berechnete Entschädigung zu fordern, soweit der Veranstalter nachweist, dass ihm wesentlich höhere Aufwendungen als die jeweils anwendbare Pauschale entstanden sind. In diesem Fall ist der Veranstalter verpflichtet, die geforderte Entschädigung unter Berücksichtigung ersparter Aufwendungen und einer etwaigen anderweitigen Verwendung der Leistungen konkret zu beziffern und zu belegen.

8.5. Weist der Teilnehmende nach, dass der entstandene Schaden geringer ist als die pauschalierten Stornokosten, so hat er nur den geringeren Schaden zu zahlen.

#### 9. Leistungen

9.1. Die Leistungen der Veranstalter sind der Ausschreibung und der darin enthaltenen Leistungsbeschreibung der jeweiligen Qualifizierungsmaßnahme zu entnehmen.

9.2. Für Teilnehmer an Qualifizierungsmaßnahmen mit dem Ziel, eine Lizenz zu erwerben, gelten darüber hinaus die Verbindlichen Standards zur Qualitätssicherung in Qualifizierungsmaßnahmen (Auszug: Verbindliche Standards zur Qualitätssicherung in Qualifizierungsmaßnahmen).

#### 10. Leistungsänderungen

Änderungen oder Abweichungen einzelner Leistungen von den vertraglich vereinbarten Inhalten, die nach Vertragsschluss notwendig werden und vom Veranstalter nicht treuwidrig herbeigeführt wurden, sind gestattet, soweit die Änderungen und

Abweichungen nicht erheblich sind und dem Gesamtcharakter der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme nicht widersprechen. Der Veranstalter ist verpflichtet, den Teilnehmenden unverzüglich über die Leistungsänderung bzw. -abweichung zu informieren. In diesen Fällen ist der Teilnehmende nicht berechtigt, den Preis zu mindern oder vom Vertrag zurückzutreten bzw. den Vertrag zu kündigen. Gesetzliche Gewährleistungsrechte gelten selbstverständlich auch für geänderte Leistungen.

### 11. Lehrgangsabsagen bzw. -verschiebungen

11.1. Der Veranstalter behält sich vor, das Angebot aus wichtigem Grund abzusagen oder zu verschieben. Wichtige Gründe sind z.B. Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl, Ausfall des Referenten wegen Erkrankung, Unbenutzbarkeit der Sportstätte, kurzfristige Hotelschließung. Bei Absage oder Verschiebung aus wichtigem Grund werden die Teilnehmenden unverzüglich informiert.

11.2. Wird ein Angebot abgesagt, wird eine bereits gezahlte Teilnahmegebühr unverzüglich erstattet. Gleiches gilt für die Verschiebung einer Qualifizierungsmaßnahme, wenn der Teilnehmende daran aufgrund der Verschiebung nicht teilnehmen kann. Wegen weitergehender Ansprüche des Teilnehmenden wird auf die Regelung unter Ziffer 12. verwiesen.

### 12. Haftung

12.1. Ansprüche des Teilnehmenden auf Schadensersatz sind ausgeschlossen. Hiervon ausgenommen sind Schadensersatzansprüche des Teilnehmenden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers, der Gesundheit oder aus Verletzung vertragswesentlicher Pflichten (Kardinalpflichten) sowie die Haftung für sonstige Schäden, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des jeweiligen Veranstalters, seiner gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen beruhen. Wesentliche Vertragspflichten sind solche, deren Erfüllung zur Erreichung des Ziels des Vertrages notwendig sind.

12.2. Bei der Verletzung wesentlicher Vertragspflichten haftet der jeweilige Veranstalter nur auf den vertragstypischen vorhersehbaren Schaden, wenn dieser einfach fahrlässig verursacht wurde, es sei denn, es handelt sich um Schadensersatzansprüche des Teilnehmenden aus einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit.

12.3. Die Einschränkungen der Ziffern 12.1. und 12.2. gelten auch zugunsten der gesetzlichen Vertreter und Erfüllungsgehilfen des jeweiligen Veranstalters, wenn Ansprüche direkt gegenüber diesen geltend gemacht werden.

### 13. Versicherung

Für die Teilnehmenden an den Qualifizierungsmaßnahmen besteht während der Veranstaltung und auf dem direkten Weg von der jeweiligen angegebenen Wohnanschrift zum Veranstaltungsort und auf dem direkten Rückweg Unfall-, Kranken- und Haftpflichtversicherungsschutz im Rahmen des zwischen der Sporthilfe NRW e.V. und den jeweiligen Versicherungsgesellschaften abgeschlossenen Sportversicherungsvertrages in der zum Zeitpunkt der Anmeldung geltenden Fassung. Informationen über Inhalt und Umfang des Versicherungsschutzes können beim Versicherungsbüro bei der Sporthilfe NRW e.V., Paulmannshöher Str. 11a, 58515 Lüdenscheid, Tel: (02351) 9 47 540, oder im Internet unter [www.arag.de/versicherungen/vereine-verbaende/sport/nrw/](http://www.arag.de/versicherungen/vereine-verbaende/sport/nrw/) abgerufen werden. Ein Schadensfall, für den Versicherungsschutz bestehen kann, ist unverzüglich dem Veranstalter anzuzeigen, damit dieser eine Schadensmeldung abgeben kann.

### 14. Urheberrecht

Die Unterlagen, die die Teilnehmenden im Rahmen der Qualifizierungsmaßnahme vom jeweiligen Veranstalter erhalten, sind urheberrechtlich geschützt. Sie werden exklusiv den Teilnehmenden zur Verfügung gestellt und dürfen, auch nicht auszugsweise, ohne Einwilligung des Veranstalters bzw. des Rechteinhabers vervielfältigt oder verbreitet werden. Der Veranstalter behält sich insofern alle ihm zustehenden Rechte vor.

### 15. Datenerhebung, -verarbeitung, -nutzung

15.1. Im Rahmen der Vertragsbegründung, -durchführung und -beendigung erhebt, verarbeitet und nutzt der Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme personenbezogene Daten der Teilnehmenden unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen, insbesondere des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG). Bei den erforderlichen personenbezogenen Daten handelt es sich um den vollständigen Namen, das Ge-

schlecht, die Anschrift mit Straßennamen, Hausnummer, Postleitzahl und Ortsangabe, das Geburtsdatum, eine E-Mail-Adresse, eine Telefonnummer, ggf. eine Bankverbindung und ggf. eine Vereinszugehörigkeit. Weitere Informationen sind in der Datenschutzerklärung enthalten.

15.2. Soweit für die Durchführung eines Angebots, zum Beispiel zum Erwerb einer Lizenz, weitergehende personenbezogene Daten erhoben, verarbeitet und genutzt werden, erfolgt die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung aufgrund einer ausdrücklichen Einwilligung des Teilnehmenden. Die Verweigerung der Einwilligung führt dazu, dass die Lizenzierung nicht erfolgen kann (Auszug: Verbindliche Standards zur Qualitätssicherung in Qualifizierungsmaßnahmen).

### 16. Schlussbestimmungen

16.1. Für Verträge zwischen dem jeweiligen Veranstalter einer Qualifizierungsmaßnahme und dem Teilnehmenden gilt ausschließlich deutsches Recht.

16.2. Ist der Vertragspartner Kaufmann im Sinne des HGB, juristische Person des öffentlichen Rechts oder öffentlich-rechtliches Sondervermögen, hat er keinen allgemeinen Gerichtsstand im Inland oder ist sein Wohnsitz oder gewöhnlicher Aufenthaltsort im Zeitpunkt der Klageerhebung nicht bekannt, so ist der ausschließliche Gerichtsstand für alle Auseinandersetzungen aus und im Zusammenhang mit dem Vertragsverhältnis der Sitz des jeweiligen Veranstalters der gebuchten Qualifizierungsmaßnahme.

16.3. Sollte eine Bestimmung dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam, undurchführbar oder nicht durchsetzbar sein oder werden oder lückenhaft sein, so wird dadurch die Gültigkeit des Vertrags und der übrigen Bedingungen nicht berührt. An die Stelle der unwirksamen, fehlenden oder undurchführbaren Bestimmung tritt eine wirksame Bestimmung, die dem sonstigen Inhalt des Vertrages entspricht und dem Zweck der unwirksamen, fehlenden oder undurchführbaren Bestimmung am nächsten kommt.





Landessportbund NRW/Sportjugend NRW

# Qualifizierung im Sport 2017

www.qualifizierung-im-sport.de

4. Lizenzstufe

Fachverbände NRW

Diplom Trainer/-in

Leistungssport  
sportartspezifisch  
1.300 LE

3. Lizenzstufe A

Trainer/-in-A

Breitensport  
sportartspezifisch  
90 LE

Trainer/-in-A

Leistungssport  
sportartspezifisch  
90 LE

2. Lizenzstufe B/Sonderausbildungen

Trainer/-in-B

Breitensport  
sportartspezifisch  
60 LE

Trainer/-in-B

Leistungssport  
sportartspezifisch  
60 LE

1. Lizenzstufe C

Trainer/-in-C

Breitensport  
sportartspezifisch  
Aufbaumodul  
... wenn Sie in einer bestimmten Sportart breiten-sport-orientierte Angebote leiten wollen.  
90 LE

Trainer/-in-C

Leistungssport  
sportartspezifisch  
Aufbaumodul  
... wenn Sie in einer Sportart leistungsport-orientierte Angebote für verschiedene Altersgruppen leiten wollen.  
90 LE

Vorstufe

Trainer-Assistent/-in

... wenn Sie die/den Trainer/-in in ihrer Sportart unterstützen wollen.  
15 - 30 LE

<p><b>Übungsleiter/-in-B Kinder- und Jugendsport</b></p> <p><b>Z</b>*3 Profil Zertifikat Bewegungsförderung in Verein und Kita 60 - 70 LE</p>	<p><b>Übungsleiter/-in-B</b></p> <p>Prävention</p> <p>Abenteuer- und Erlebnis-sport - 70 LE Selbstbehauptung/Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen - 96 LE Prävention Allgemeine Gesundheitsförderung - 83 LE</p>	<p><b>Übungsleiter/-in-B Rehabilitation Erwachsene</b></p> <p>Rehabilitation Neurologie - 75 LE Rehabilitation Innere Medizin - 105 LE Rehabilitation Orthopädie - 90 LE Rehabilitation Geistige Behinderung - 75 LE</p> <p><b>Basismodul</b> 15 LE</p>	<p><b>Vereinsmanager/-in-B</b></p> <p>Profil Vereinsentwicklung und Marketing - 30 LE Profil Vereinsführung und Mitarbeiterentwicklung - 30 LE Profil Finanzen, Steuern, Recht und Versicherungen - 30 LE Profil Sportorganisation und Vereinsverwaltung - 30 LE</p> <p><b>themenübergreifend</b> 30 LE</p>
---	---	---	---

<p><b>JuLeiCa*</b></p> <p><b>Übungsleiter/-in-C Breitensport</b></p> <p><b>Aufbaumodul Kinder und Jugendliche</b> ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen. 90 LE</p> <p><b>Aufbaumodul sportartübergreifend</b> ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen. 90 LE</p> <p><b>Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere</b> ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen. 90 LE</p>
---

<p><b>Vereinsmanager/-in-C</b></p> <p><b>Jugend**</b> ... wenn Sie jugendspezifisch in der Führung, Organisation oder Verwaltung von Sportvereinen mitarbeiten wollen. 60 LE</p> <p><b>Zertifikat Kinder- und Jugendfahrten</b> ... wenn Sie fit sein wollen für die Planung und Durchführung von Fahrten im Verein. 60 LE</p> <p><b>Z</b>*3</p> <p><b>JuniorManager/-in**</b> ... wenn Ihr Euch im Verein für Jugendliche in Projekten engagieren wollt. 30 - 40 LE</p>
--

<p><b>Gruppenhelfer/-in I und II Sporthelfer/-in</b></p> <p><b>JuLeiCa*</b></p> <p>... wenn Ihr als junge Engagierte (13 - 17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt. 60 - 80 LE</p>	<p><b>Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C, Jugendleiter/-in</b></p> <p><b>Basismodul</b> ... wenn Sie in die Ausbildung Übungsleiter/-in, Trainer/-in-C, Jugendleiter/-in einsteigen wollen. 30 LE</p>
---	--

## Hinweise

\* **JuLeiCa:** Die Jugendleiter Card ist die bundesweit einheitliche Qualifizierung für ehrenamtlich in der Jugendarbeit tätige Personen. Bei den gekennzeichneten Ausbildungen wird sie als zusätzlicher Qualifizierungsnachweis erworben.

\*\* Die Ausbildung Vereinsmanager/-in-C Jugend entspricht der Ausbildung „Jugendleiter/-in“ laut DOSB-Rahmenrichtlinien.

\*\* **Zertifikat:** zusätzlicher Nachweis für spezielle ausgewählte Themen bzw. für eine berufliche Weiterqualifizierung

\*\* **optionaler Einstieg** für Jugendliche zwischen 15 und 26 Jahren

• Veranstalter der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW, die Stadt- und Kreissportbünde und die Fachverbände.

• Träger der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW oder die Fachverbände.

LE = Lerneinheiten à 45 Min.  
Stand: September 2016

## Gruppenhelfer/-innen-Ausbildung I (40 LE)

### Unterstützer und Macher werden!

Du möchtest in deinem Sportverein aktiv werden? Als Gruppenhelfer/-in hast du die Möglichkeit, die Übungsleitung bei der Planung und Durchführung von sportlichen und außersportlichen Angeboten für Kinder und Jugendliche zu unterstützen.

Du bringst Ideen und neue Trends in Spiel-, Sport- und Freizeitangebote ein und gestaltest die Angebote aktiv mit. Unter Aufsicht und mit fachlicher Begleitung der Übungsleitung leitest du selbstständig Teilgruppen, Stundenanteile oder Projekte und Freizeitaktivitäten mit Kindern oder Gleichaltrigen.

Diese Maßnahme wird aus Kinder- und Jugendförderplanmitteln (KJFP-Mittel) des Landes Nordrhein-Westfalen gefördert.

### Hinweise

- Der Nachweis Gruppenhelfer/-in I wird vom Ministerium für Schule und Weiterbildung und dem Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport und den Mitgliedseinrichtungen der anerkannten Landesorganisationen der Weiterbildung in Nordrhein-Westfalen für das Modul E1 anerkannt.
- GH I und GH II - Lehrgänge können aufgrund der inhaltlichen Gliederung nur aufbauend besucht werden.
- Nach erfolgreicher Teilnahme der GH I und GH II-Ausbildung erhalten die Teilnehmenden den Gruppenhelfer/-innen-Ausweis. Dieser wird anerkannt als Basismodul für die ÜL-C /Trainer-C / JL-Ausbildung, vorausgesetzt, er ist nicht älter als zwei Jahre.
- Die Teilnahme an einer GH-Fortbildung (8-15 Lerneinheiten) verlängert den Ausweis für die Dauer von zwei Jahren.
- Absolvieren Jugendliche zusätzlich eine Erste-Hilfe-Ausbildung (9 Lerneinheiten), können sie die bundeseinheitliche Jugendleiter/-innen-Card (Juleica) online unter [www.juleica.de](http://www.juleica.de) beantragen.

### Inhalte

- Spiele, spielerische Übungsformen, Sportarten und Trends in Theorie und Praxis
- Freizeit- und außersportliche Aktivitäten im Sportverein
- Motive zur Mitarbeit im Sportverein und als Gruppenhelfer/-in
- Grundlagen und Grundsätze der Kommunikation
- Kinder und Jugendliche von heute – Konsequenzen für die Co-Leitung von Gruppen

- Grundlagen der Planung von Vereinsangeboten
- Aufgaben- und Tätigkeitsfelder einer Gruppenhelfer/in eines Gruppenhelfers im Sport

### Ziele

Die Jugendlichen

- kennen Spiele und Übungsformen zur Förderung der motorischen Grundeigenschaften.
- kennen grundlegende Aspekte der Sicherheit und Aufsichtspflicht.
- wissen um Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Sportverletzungen.
- kennen den Aufbau von Praxisstunden inklusive der zu berücksichtigenden methodischen Prinzipien beim Erlernen von Fertigkeiten oder Spielen.
- sind in der Lage, kleine Übungen bzw. Spiele zu planen, anzuleiten und zu reflektieren.
- kennen zeitgemäße Formen der Mitbestimmung und der Beteiligung junger Menschen im Sportverein
- kennen und verstehen Aufgaben, Rollen und Motive der Gruppenhelfer-Tätigkeit und können sich damit identifizieren.
- bieten attraktive sportliche und außersportliche Angebote an.
- sind in der Lage, die Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen wahrzunehmen.

### Zielgruppe

13-17-jährige

### G2017-027-1120

<b>Termin</b>	8. - 12. April 2017
<b>Leitung</b>	Christoph Kirstein, Steffi Dietrich
<b>Ort</b>	Sport- und Erlebnisdorf Hinbeck
<b>Gebühr</b>	115,00 €
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung
<b>Voraussetzung</b>	keine
<b>Leistungen</b>	4 Übernachtungen, Vollpension, Programm, Lehrgangsmaterialien

## Gruppenhelfer/-innen-Ausbildung II (40 LE)

### Sei Unterstützer und Macher!

Diese Maßnahme wird aus Kinder- und Jugendförderplanmitteln (KJFP-Mittel) des Landes Nordrhein-Westfalen gefördert.

#### Inhalte

- attraktive Spiele und Trendsportarten für Kinder und Gleichaltrige
- Projekte, Freizeit- und außersportliche Angebote im Sportverein
- persönliches Sport- und Gesundheitsverständnis entwickeln
- Planung, Durchführung und Auswertung von kleinen sportlichen und außersportlichen Aktivitäten
- Mitbestimmung und Kinder- und Jugendrechte im Sport
- weitere Qualifizierungsmöglichkeiten im organisierten Sport

#### Ziele

Die Jugendlichen

- kennen Bewegungs- und Ballspiele zur emotionalen und sozialen Förderung von Kindern und Jugendlichen.
- können außersportliche Aktivitäten und Projekte mit Kindern/Jugendlichen planen, anleiten und auswerten.
- kennen verschiedene Führungsstile und haben sich mit dem eigenen Leitungsverhalten auseinandergesetzt.
- sind in der Lage, Kinder und Jugendliche zur Mitgestaltung anzuregen sowie deren Interessenvertretung wahrzunehmen.
- haben sich mit der Verantwortung als Gruppenhelfer/-in auseinandergesetzt und haben dafür ein Verantwortungsgefühl entwickelt.
- kennen ihre Weiterbildungsmöglichkeiten im Qualifizierungssystem des organisierten Sports.

#### Zielgruppe

14-17-jährige Gruppenhelfer I und Sporthelfer/innen

G2017-027-1160

<b>Termin</b>	18. - 22. April 2017
<b>Leitung</b>	Christoph Kirstein, Steffi Dietrich
<b>Ort</b>	Jugendherberge Kevelaer
<b>Gebühr</b>	115,00 €
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine
<b>Abschluss</b>	Gruppenhelferausweis
<b>Voraussetzung</b>	GH I oder Sporthelfer
<b>Leistungen</b>	4 Übernachtungen, Vollpension, Programm, Lehrangabematerialien

## Basismodul Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C und Jugendleiter/-in (90 LE)

### Das solide Fundament

Im Basismodul wird für zukünftige Vereinsmitarbeiter/innen das Fundament gegossen, um später mit Blick auf das angestrebte Betätigungsbereich im Sportverein in den verschiedenen Aufbaumodulen darauf aufzustoßen. Ein breites Spektrum praktischer und theoretischer Inhalte wird mit Hilfe vielfältiger Methoden erschlossen, ohne dabei den Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben. Hierbei wird auf die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der TN, also auf deren Selbstverständnis zurückgegriffen. Reflexionsphasen helfen, die Inhalte auf das Vereinsleben und auf sich selbst als zukünftige Leitungsperson zu beziehen.

### Hinweise

Das Übungsleiter/in C, Trainer/in C, Jugendleiter/in Basismodul (30 LE) ist notwendige Voraussetzung für alle Ausbildungen auf der ersten Lizenzstufe (außer Vereinsmanager) und gilt somit als Einstieg in die jeweilige Ausbildung. Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

Das Basismodul qualifiziert noch nicht für das Leiten von Gruppen und das Planen, Durchführen und Reflektieren von Angeboten.

### Inhalte

- Anforderungen an Leitungen von Gruppen im Sport
- Der Umgang mit Menschen und das Auftreten vor Gruppen

- Einführung in die Trainingslehre unter Hervorhebung der Hauptbeanspruchungsform Koordination – in Praxis und Theorie
- Systematischer Aufbau von Sportstunden bzw. außersportlicher Aktivitäten nach dem Vier-Phasen-Modell unter Berücksichtigung methodischer Grundsätze und Prinzipien
- Ziele und Aufgaben des organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports

**Ziele**

Die Teilnehmenden

- wissen, dass bei der Leitung von Gruppen die Besonderheiten einer TN - Gruppe unbedingt berücksichtigt werden müssen.
- lernen ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis kennen und sind sich der Zusammenhänge von Bewegung, Sport und Gesundheit bewusst.
- verfügen über zentrale Grundkenntnisse der Trainingslehre, insbesondere zur Koordination.
- wissen, dass einem Vereinsangebot eine systematische Planung zugrunde liegt, die sich auf die wichtigen Planungsgrößen bezieht.
- kennen den Aufbau des Organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports.

G2017-027-2000		
<b>Termin</b>	04.03.2017	10.00 - 14.00 Uhr
	11./12.03.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	25.03.2017	10.00 - 16.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Hardy Renner	
<b>Ort</b>	Straelen	
<b>Gebühr</b>	100,00 € (200,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	
<b>Hinweis</b>	Mit der Teilnahme am Basismodul wird noch keine Lizenz erworben.	

G2017-027-2001		
<b>Termin</b>	02.09.2017	10.00 - 14.00 Uhr
	09./10.09.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	23.09.2017	10.00 - 16.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Hardy Renner	
<b>Ort</b>	Emmerich	
<b>Gebühr</b>	100,00 € (200,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	
<b>Hinweis</b>	Mit der Teilnahme am Basismodul wird noch keine Lizenz erworben.	

**Aufbaumodul Übungsleiter/-in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning (90 LE)**

*Sportliche Vielfalt*

Die Besonderheit bei dieser Form der ÜL-C-Ausbildung besteht darin, dass einige Lerneinheiten online stattfinden. Daher ist neben den formalen Voraussetzungen zusätzlich ein Zugang zu einem internetfähigen PC oder Laptop zwingend Voraussetzung. Zudem erfordert diese Art der Ausbildung die Bereitschaft, sich ausgewählte Themen eigenverantwortlich in unserer online-Lernumgebung zu erarbeiten (z.B. von zu Hause aus). Die Online-Lernzeit wird mit max. 10 Lerneinheiten (Regelsituation: 8 LE) angerechnet.

Die Aufgaben und Inhalte im LSB-Lernzentrum können räumlich und zeitlich flexibel als Gruppenarbeiten und als Selbstlernen bearbeitet werden.

Die Ausbildung muss gemäß der Rahmenrichtlinien des DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

Nach erfolgreicher Teilnahme am Aufbaumodul erhalten die Teilnehmer/-innen die ÜL/in C Lizenz, sofern der gültige Nachweis der Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE, nicht älter als zwei Jahre) und der unterschriebene Ehrenkodex vorgelegt wurden.

Die ÜL/in- C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren. Der Besuch einer/mehrerer ÜL/in-C Fortbildung/en im Gesamtumfang von 15 LE verlängert die Gültigkeit um jeweils 4 weitere Jahre.

Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die sowohl Kinder- bzw. Jugendgruppen als auch Erwachsene und Ältere sportlich betreuen und sich nicht auf eine Altersgruppe festlegen wollen. Die Inhalte werden mit Hilfe vielfältiger Methoden vermittelt, die ihrerseits wiederum Anregung bieten, den Übungsbetrieb im Verein abwechslungsreich zu gestalten.

Ein Ansatzpunkt dieser Ausbildung ist der eigene Erfahrungsschatz. Dazu werden die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmenden herangezogen.

Zudem wird das Leiten von Gruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

### Inhalte

- Auseinandersetzung mit der Vielfalt von Anforderungen an Übungsleiter/innen im Sportverein
- Entwicklungsverlauf von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren im Kontext ihrer Lebens- und Bewegungswelt und den jeweiligen Interessen/Bedürfnissen
- Grundkenntnisse über den Verlauf von idealtypischen Gruppenbildungsprozessen und über Maßnahmen, diesen Prozess positiv zu unterstützen
- Vielfältige sportliche und außersportliche Angebote aus den Kategorien gesundheitsfördernde Aktivitäten, Spiel, traditionelle Sportangebote, Sport- und Bewegungstrends, kreative Aktivitäten
- Didaktische und methodische Kenntnisse der Planung sportlicher und außersportlicher Angebote unter Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte
- Auseinandersetzung mit der Vielfalt von Anforderungen als Übungsleiter/in verschiedener Altersgruppen
- Aktuelle gesellschaftliche Rahmenbedingungen und deren Einfluss auf den Sport und den Sportverein
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen

### Ziele

Die Teilnehmer

- sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und verfügen über die Fähigkeit, eigene Einstellungen und Verhaltensweisen in Frage zu stellen und sich weiterzuentwickeln.
- sind sich ihrer Verantwortung als Leiter/in von Gruppen bewusst und können diesen Anforderungen in ihrem Leitungsverhalten gerecht werden.
- wissen um ihre pädagogische Verantwortung als Leiter/-in von Kinder- und Jugendgruppen und können diesen Anforderungen in ihrem Leitungsverhalten gerecht werden.
- sind in der Lage, Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote ziel- und personenorientiert mittel- und langfristig zu planen und in die Praxis umzusetzen.
- können die Bedeutung angemessener Bewegung für eine gesunde Lebensführung vermitteln und die Teilnehmenden ihrer Sportvereinsgruppe zum regelmäßigen Sporttreiben motivieren.
- können Bewegungsabläufe veranschaulichen, analysieren, beobachten und korrigieren.

### G2017-027-2129

<b>Termin</b>	26.03.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	01./02.04.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	29./30.04.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	06./07.05.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	20./21.05.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	10./11.06.2017	10.00 - 16.00 Uhr

<b>Leitung</b>	Hardy Renner
<b>Ort</b>	Straelen
<b>Gebühr</b>	220,00 € (440,00 €)
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine
<b>Abschluss</b>	Übungsleiter-C Lizenz Breitensport
<b>Voraussetzung</b>	Übungsleiter -C Basismodul oder Gruppenhelfer II
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial
<b>Hinweis</b>	10 Lerneinheiten des Aufbaumoduls werden mit dem Lernprogramm des LSB am häuslichen Computer erledigt.

### G2017-027-2130

<b>Termin</b>	24.09.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	07./08.10.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	14./15.10.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	11./12.11.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	18./19.11.2017	10.00 - 16.00 Uhr
	25./26.11.2017	10.00 - 16.00 Uhr

<b>Leitung</b>	Hardy Renner
<b>Ort</b>	Emmerich
<b>Gebühr</b>	220,00 € (440,00 €)
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine
<b>Abschluss</b>	Übungsleiter-C Lizenz Breitensport
<b>Voraussetzung</b>	Übungsleiter -C Basismodul oder Gruppenhelfer II
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial
<b>Hinweis</b>	10 Lerneinheiten des Aufbaumoduls werden mit dem Lernprogramm des LSB am häuslichen Computer erledigt.

**Übungsleiter/-in-C Breitensport Aufbaumodul Kinder und Jugendliche mit Blended Learning (90 LE)**

**Persönlichkeitsentwickler und Talententdecker werden**

Diese Ausbildung qualifiziert für die sportartübergreifende breitensportliche Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Ziel dieser in das Programm „NRW bewegt seine KINDER!“ eingebundenen Qualifizierung ist es, für die Leitung von Gruppen im Sportverein oder für Kooperationsangebote, z. B. mit Kindertageseinrichtungen, im Ganzttag oder in Jugendhilfeeinrichtungen fit zu machen. Vielfältige Lernmethoden helfen, sich Ausbildungsinhalte zu erschließen. Anhand von theoretischen und praktischen Beispielen werden die Lerninhalte vermittelt, geplant, geübt und reflektiert.

Die Ausbildung wird in Kombination mit Online-Lernphasen durchgeführt (Blended Learning). Die Aufgaben und Inhalte im LSB-Lernzentrum lassen sich räumlich und zeitlich flexibel bearbeiten.

**Hinweise**

- Die Teilnahmegebühren beinhalten Ausbildungsmaterialien.
- Die Ausbildung muss gemäß der DOSB-Rahmenrichtlinien innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.
- Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmer/-innen, die für alle Altersgruppen gültige Übungsleiter/-in-C-Lizenz.
- Die Online-Lernzeit wird mit 10 Lerneinheiten angerechnet.
- Ein Nachweis der Erste-Hilfe-Grundausbildung (nicht älter als zwei Jahre) und der unterschriebene Ehrenkodex sind Bestandteil der Lizenzvergabe.
- Die Ausbildung wird vom Ministerium für Schule und Weiterbildung und dem Ministerium für Familie, Kinder, Jugend und Sport und den Mitgliedseinrichtungen der anerkannten Landesorganisationen der Weiterbildung in Nordrhein-Westfalen für die Module B4, E3, E4 und E6 anerkannt.
- Die Übungsleiter/-in-C-Ausbildung Kinder und Jugendliche befähigt auch zur Leitung von zielgruppenübergreifenden und Erwachsenengruppen.
- Zusätzlich kann mit dieser Lizenz die Juleica (Jugendleitercard) online auf der Internetseite ([www.juleica.de](http://www.juleica.de)) beantragt werden.
- Die Übungsleiter/-in-C-Lizenz ist 4 Jahre gültig.
- Die Verlängerung erfolgt über die Teilnahme an Fortbildungen mit einem Gesamtumfang von 15 Lerneinheiten.

**Inhalte**

- Beobachtung, Begleitung und Förderung von Kindern und Jugendlichen als Anforderungsmerkmale

für Übungsleitungen

- Vielfalt unterschiedlicher Teilnehmer/-innen in Gruppen als Herausforderung und Chance im Bildungs-/Gruppenbildungsprozess
- Stärken-/Ressourcen-orientierter Ansatz bei der Angebotsumsetzung für Kinder und Jugendliche
- Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote aus den Kategorien „gesundheitsfördernd“, „sportartübergreifend“, „sportartbezogen“, „trendig“ und „kreativ“
- Didaktisch-methodische Kenntnisse für die Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Angeboten unter besonderer Berücksichtigung sicherheits- und rechtlich relevanter Aspekte

**Ziele**

Die Teilnehmenden

- bieten passgenaue Bewegungs-, Spiel und Sportangebote an.
- wissen um ihre Vorbildfunktion als Übungsleiter/-in von Kinder- und Jugendgruppen.
- erleben und erweitern die eigenen Kompetenzen.
- verfügen über sportfachliche, entwicklungspsychologische und pädagogische Grundkenntnisse zur Zielgruppe.
- kennen die zentrale Bedeutung der Partizipation in der Kinder- und Jugendarbeit und können ihre Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen daran ausrichten.
- unterstützen junge Menschen in ihrer Persönlichkeitsbildung und Identitätsfindung.
- können Kinder bzw. Jugendliche zum regelmäßigen Sporttreiben motivieren.
- verstehen, wie der organisierte Sport aufgebaut ist und wissen, welche Ziele und Aufgaben er hat.

**Zielgruppe**

Gruppenhelfer/innen ab 16 Jahren

<b>G2017-027-2051</b>	
<b>Termin</b>	6. - 8.10.2017 23. - 27.10.2017 10. - 12.11.2017
<b>Leitung</b>	Christoph Kirstein, Anna Klaassen
<b>Ort</b>	Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck
<b>Gebühr</b>	349,00 € (699,00 €)
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine
<b>Abschluss</b>	Übungsleiter-C Lizenz Breitensport
<b>Voraussetzung</b>	Übungsleiter -C Basismodul oder Gruppenhelfer II
<b>Leistungen</b>	4 Übernachtungen, Vollpension, Programm, Lehrgangsmaterialien
<b>Hinweis</b>	10 Lerneinheiten des Aufbaumoduls werden mit dem Lernprogramm des LSB am häuslichen Computer erledigt.

### Zertifikat Bewegungsförderung in Sportverein und Kita (70 LE)

#### Bildungs- und Erziehungsauftrag bewegt gestalten

Bewegungsgelegenheiten und -anlässe für Kinder in Ihrer Einrichtung zu schaffen ist eine der großen Herausforderungen in Ihrem pädagogischen Alltag. Wir bieten Ihnen mit dieser Qualifizierungsmaßnahme vertiefende Inhalte auf der Basis psychomotorischer Erkenntnisse für eine zeitgemäße Bewegungsförderung auch als Grundlage für das Konzept in Ihrer Kita oder im Sportverein. Erweitern Sie ihr Wissen und lernen Sie das Bewegungsverhalten von Mädchen und Jungen besser einzuschätzen und zu fördern sowie die Bewegungsbedürfnisse der Kinder gegenüber Eltern und im lokalen Bildungsnetzwerk aufzuzeigen. Ausgangspunkt dieser Qualifizierungsmaßnahme ist Ihre eigene Bewegungsbiografie und Ihre Freude an der Bewegung.

#### Hinweise

- Diese Zertifikatsausbildung qualifiziert für die Arbeit in einem „Anerkannten Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“.
- Wird eine gültige Übungsleiter/-in-C Lizenz für die Vereinsarbeit nachgewiesen, wird zusätzlich zum Zertifikat auch die ÜL-B Lizenz Kinder- und Jugendsport, Profil: Bewegungsförderung in Sportverein und Kita ausgestellt.

#### Inhalte

- Bedeutung vielfältiger Bewegungserfahrungen und -erlebnisse für Kinder im Hinblick auf ihren Umgang mit dem eigenen Körper, unterschiedlichen Materialien sowie mit anderen Kindern unter besonderer Berücksichtigung ihres kulturellen Hintergrundes
- Erweiterung des Bewegungs-, Spiel-, und Sportrepertoires für vielfältige Bewegungsanlässe
- Planung, Durchführung und Auswertung von Bewegungsangeboten
- Unfallprävention und Sicherheit bei Bewegungsanlässen
- Auseinandersetzung mit Aspekten gelungener Kooperation und Vernetzung, z.B. Anerkannter Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW

#### Ziele

Die Teilnehmenden

- entwickeln eine professionelle Haltung zur Förderung durch Bewegung, Spiel und Sport
- können Bewegungsabläufe beobachten, analysieren und in einen Lern- und Übungsprozess integrieren bzw. anregende Bewegungsgelegenheiten schaffen
- vertiefen verschiedene Vermittlungskonzepte und

- didaktische Prinzipien einer Bewegungsförderung
- sind sich der Bildungsmöglichkeiten von Bewegung, Spiel und Sport bewusst
- entwickeln Strategien und Konzepte für die Bewegungsförderung in lokalen Bildungslandschaften

#### G2017-027-3000

<b>Termin</b>	06./07.05.2017 20.05.2017 10.06.2017 02./03.09.2017 16./17.09.2017	09.00 - 16.00 Uhr 09.00 - 16.00 Uhr 09.00 - 16.00 Uhr 09.00 - 16.00 Uhr 09.00 - 16.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Christa Unland, Dagmar Bach	
<b>Ort</b>	Kevelaer	
<b>Gebühr</b>	299,00 € (599,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	als ÜL-C: ÜL-B Lizenz "Kinder- und Jugendsport/Profil Bewegungsförderung in Vereinen und Kitas" Erzieher: Zertifikat Bewegungsförderung in Vereinen und Kitas	
<b>Voraussetzung</b>	ÜL-C oder Fach- und Ergänzungskräfte aus Tageseinrichtungen für Kinder (§ 26 Abs. 3 Nr. 3 Kinderbildungsgesetz NRW)	
<b>Leistungen</b>	Lehrangsmaterial	



## **Anerkannter Bewegungskindergarten**

Mit dem Konzept „Anerkannter Bewegungskindergarten des LSB NRW“ wollen LandesSportBund Nordrhein-Westfalen e.V. und Sportjugend NRW Sportvereine und Kindergärten ermutigen, sowohl die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern zu unterstützen als auch der Bewegungsarmut und Bewegungslosigkeit von Vorschulkindern gemeinsam entgegenzuwirken.

Von der Kooperation profitieren Sportverein und Kindertagesstätte gleichermaßen. Dem Sportverein bietet sich die Möglichkeit, neue Mitglieder zu gewinnen und sich in der lokalen Öffentlichkeit als „Lobbyist für Kinder“ zu präsentieren. Die Kindertagesstätte erweitert ihr pädagogisches Profil durch vielfältige und qualifizierte Bewegungsangebote.

Durch gemeinsames Handeln können personelle und fachliche Ressourcen (insbesondere Räume und Geräte) intensiver genutzt und so ergänzende Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote geschaffen werden.

### **Koordinierungsstellen bei der Sportjugend Kleve**

Die Sportjugend im KreisSportBund Kleve hat eine Koordinierungsstelle „Anerkannter Bewegungskindergarten des LSB NRW“ eingerichtet, die die bereits zertifizierten Kindergärten und deren Partnervereine im Kreis Kleve beratend begleitet sowie neue Kooperationen zwischen interessierten Sportvereinen und Kindergärten fördert. In organisatorischen Fragen wenden Sie sich bitte an die Fachkraft der Sportjugend Kleve. Die Beraterin des regionalen Arbeitskreises Kleve/ Wesel steht Ihnen in inhaltlichen Belangen gerne zur Verfügung.

### **Sportjugend im KSB Kleve**

Steffi Dietrich  
Fachkraft für Jugendarbeit / Fachkraft „NRW bewegt seine Kinder“  
Tel.: 02832 - 98646  
E-Mail: s.dietrich@ksb-kleve.de

### **Beraterin für die Kreise Kleve und Wesel**

Christa Unland  
Beraterin der Bewegungskindergärten Kleve/Wesel  
Tel.: 02873 - 9495895  
E-Mail: christa.unland@freenet.de

## **Übungsleiter/-in-B Sport in der Rehabilitation, Basismodul Erwachsene (15 LE)**

### **Der Einstieg in die Rehabilitationsausbildungen**

#### **Einstiegsvoraussetzungen**

- Übungsleiter/in C (ÜL)
- Gymnastiklehrer/in
- (Diplom-)Sportlehrer/innen
- Physiotherapeut/innen

Die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe Sport in der Rehabilitation beginnt mit dem Basismodul Rehabilitation. Dieses 15 Lerneinheiten umfassende Modul ist standardisierter Bestandteil der Gesamtausbildung. In diesem Modul sind die gemeinsamen Inhalte der Rehabilitationsausbildungen Sport in Herzgruppen, Sport bei Diabetes und Sport in der Krebsnachsorge zusammengefasst.

#### **Hinweise**

Mit dem Abschluss des Basismoduls 2. Lizenzstufe Erwachsene Sport der Rehabilitation wird keine Lizenz erworben.

ÜL C, die bereits eine gültige Lizenz Sport in der Krebsnachsorge, Sport bei Diabetes oder Sport in Herzgruppen erworben haben, können direkt mit dem Aufbaumodul der jeweiligen Rehabilitationsausbildung beginnen.

#### **Inhalte**

- Besonderheiten von Rehabilitationssportangeboten in Bezug auf die Gestaltung der Sportstunde
- Die Besonderheiten der Zielgruppe und die Anforderungen an den/die ÜL
- Zielebenen des Rehabilitationssports im Überblick
- Möglichkeiten zur Bewusstmachung gesundheitsfördernder Verhaltensweisen und zum Aufbau eines gesundheitsorientierten Lebensstils
- Organisatorische Aspekte von Rehabilitationssportangeboten
- Anerkennungsverfahren als Leistungserbringer von Rehabilitationssport

#### **Ziele**

- Das Basismodul ist der Einstieg in alle Ausbildungen des Fachbereichs Rehabilitation der 2. Lizenzstufe im Erwachsenenbereich.
- Es beinhaltet die in allen Ausbildungsgängen Rehabilitation identischen Themen unter Berücksichtigung der profilspezifischen Besonderheiten.

**G2017-027-3600**

<b>Termin</b>	29.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
	30.07.2017	09.00 - 14.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Katja McColl, Sabine van Kempen	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	90,00 € (180,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	ÜL-C	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Übungsleiter/-in-B Sport in der Rehabilitation  
Aufbaumodul Orthopädie (90 LE)**

*Hinweise*

Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.

Bei erfolgreicher Teilnahme und nach Vorlage des unterschriebenen Ehrenkodex erhalten Sie die ÜL-B Lizenz Sport in der Rehabilitation; Profil: Orthopädie. Die Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung Sport in der Rehabilitation im Umfang von 15 LE um jeweils 4 Jahre verlängert.

*Einstiegsvoraussetzungen*

- Übungsleiter/-in-C (ÜL-C)
- Gymnastiklehrer/-in
- (Diplom-)Sportlehrer/-innen
- Physiotherapeut/-innen, die am Basismodul Rehabilitation Erwachsene erfolgreich teilgenommen haben oder im Besitz einer gültigen DOSB-Lizenz „Sport in der Rehabilitation“ sind. Diese Nachweise (Kopie) sind unaufgefordert bei/unmittelbar nach der Anmeldung beim Veranstalter einzureichen.

*Inhalte*

- Hintergrundwissen zu den Zielgruppen
- Physiologische Grundlagen / altersbedingte Veränderungen
- Konsequenzen für die Gestaltung von Bewegungsangeboten
- Beitrag des Sports zur Krankheitsverarbeitung
- Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit mit den Mitteln des Sports
- Grundlagen der Planung von Sportstunden in der Krebsnachsorge

*Ziele*

- Die Übungsleiter/-innen (ÜL) lernen, Orthopädie-Sportgruppen sportpädagogisch qualifiziert zu betreuen. Dazu gehört die Vermittlung spezifischer Inhalte bezogen auf folgende Zielgruppen: Amputationen, Gliedmaßenmissbildungen, Gelenkschäden, Gelenkersatz, Morbus Bechterew, Osteoporose, Wirbelsäulenerkrankungen, Krebserkrankungen
- Schwerpunktmäßig werden die oben aufgeführten Erkrankungen bearbeitet sowie deren Auswirkungen auf die medizinische sowie psychosoziale Ausgangssituation der Betroffenen. Sie erarbeiten sich das notwendige Wissen, um differenzierte zielgruppenorientierte Rehabilitationsportstunden gestalten zu können.

**G2017-027-3611**

<b>Termin</b>	05.-09.08.2017	09.00 - 18.00 Uhr
	12./13.08.2017	09.00 - 18.00 Uhr
	19./20.08.2017	09.00 - 18.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Sabine Weiher, Katja McColl	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	450,00 € (900,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	Übungsleiter-B Lizenz, Profil „Orthopädie“	
<b>Voraussetzung</b>	Übungsleiter B Rehabilitationssport – Basismodul	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	



## „Power in the House!“ - Core Training und Faszientraining mit PILATES (15 LE)

Pilates ist eine bewährte Übungsmethode: Es stärkt die Muskeln, strafft den Körper, sorgt für eine bessere Körperhaltung, erhöht die Beweglichkeit und fördert die Koordination.

Die Pilates-Prinzipien beinhalten den Wechsel von Kräftigung und Dehnung (Schwerpunkt Rumpfmuskulatur bzw. „Core“-Stabilität), die Verbindung der Atmung mit fließenden Bewegungen mit Imagination/Visualisierung von Bewegungsabläufen führen zur Schulung eines neuen Körperbewusstseins und verbesserter Körperwahrnehmung. Jede Übung wird konzentriert, kontrolliert, fließend und mit einer speziellen Atemtechnik ausgeführt: Eine ganzheitliche Methode für mehr Balance im Körper. Pilates ist zudem seit jeher bereits ein hervorragendes Training für unser Faszienetzwerk. Der Lehrgang wird abgerundet mit verschiedenen Mobilisations-, (dynamischen) Dehnübungen nach den Pilates-Prinzipien, die besonders auf unser Faszienetzwerk (Faszien = Bindegewebe) im Körper einwirken und die Faszien sowohl lösen, beleben als auch straffen. Pilates-Grundkenntnisse und erste Erfahrungen mit der Pilates-Methode sind Voraussetzung.

### G2017-027-2700

<b>Termin</b>	11./12.03.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Straelen	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	Pilates-Grundkenntnisse	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Step - 1001 Variationen (8LE)

Mehr Spaß und Motivation für alle Step-Stunden!

Ein Update für Übungsleiter/innen mit Erfahrung im Anleiten von Step-Aerobic-Stunden. Der Schwerpunkt liegt auf unterschiedlichsten und abwechslungsreichen Schrittvarianten, klaren Aufbaumethoden und überraschenden Choreografien. Modellstunden, genaue Analysen und praktische Übungen sorgen für viele neue Ideen und Anregungen. Der Lohn: Besondere Erfolgserlebnisse und zufriedene Teilnehmer/innen!

### G2017-027-2802

<b>Termin</b>	25.03.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Ines Heun	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	30,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	Aerobic-Grundkenntnisse	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Leichtathletik mit Kindern (15 LE)

Der Lehrgang Leichtathletik mit Kindern richtet sich besonders an sportbegeisterte Personen ohne leichtathletische Ausbildung, die Kindern in Sportverein und Schule die Leichtathletik näher bringen möchten. Mit dem Qualifizierungsangebot sollen neue Kräfte für den leichtathletischen Übungsbetrieb mit Kindern in Vereinen und Schulen gewonnen werden.



Den Teilnehmern wird am Ende für zwei Jahre ein Zertifikat zur Durchführung von Leichtathletik-Angeboten mit Kindern in Schule und Verein verliehen. Es soll ihnen die Möglichkeit geben, in Schulen und Vereinen im leichtathletischen Übungsbetrieb mit Kindern tätig zu werden. Die Entscheidung, ob das Zertifikat für Leichtathletik-Angebote an (offenen) Ganztagschulen anerkannt wird, liegt bei den Trägern des Ganztages.

Jugendliche ab 15 Jahren können am Lehrgang teilnehmen; die Teilnahme wird als Fortbildung für Sport- und Gruppenhelfer anerkannt. Interessierte Eltern, auch ohne sportliche Ausbildung, sind ausdrücklich aufgerufen, am Lehrgang teilzunehmen.

Die Teilnehmer des Lehrgangs sollen zunächst Erfahrung in der Übungsarbeit sammeln und später motiviert werden, die 1. Lizenzstufe des Leichtathletik-Verbandes Nordrhein (LVN) oder des Landessportbundes NRW zu erwerben.

Der KSB Kleve und der Leichtathletik Verband Nordrhein bieten den Lehrgang Leichtathletik-Assistent in Kooperation an.

### Inhalte

- Spielerische Vermittlung von attraktiven und vielfältigen leichtathletischen Inhalten
- Spiel- und Übungsformen der Leichtathletik für Kinder
- Kooperationen zwischen Schule und Vereinen in der Leichtathletik
- Programmangebote der Leichtathletik
- Übungen aus dem Bereich „Wettbewerb“ der Bundesjugendspiele
- Schulsportwettkämpfe Leichtathletik

**G2017-027-2701**

<b>Termin</b>	25./26.03.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	LV-Nordrhein	
<b>Ort</b>	Kevelaer	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, C-Trainer Kinderleichtathletik im LVN, Gruppenhelfer	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	
<b>Hinweis</b>	Weiterbildungsnachweis NRW (Module B6 und E1)	

**Faszien Pilates (15 LE)**

Komplexe und innovative Bewegungen kräftigen und dehnen unsere bislang unterschätzten kollagenen und elastischen Fasern, die unseren Körper netzartig durchziehen und für Spannkraft und Flexibilität sorgen. Faszien Pilates kann Verklebungen lösen, Rückenschmerzen lindern und ein schwaches Bindegewebe stärken.

An diesem Wochenende lernt ihr die vier Prinzipien des Faszientrainings und dessen Anwendung im Pilates kennen.

Wenn vorhanden, bitte mitbringen:

- Tennis- oder Blackrollball
- Matte
- Pilates- oder Blackrollrolle
- warme Kleidung

**G2017-027-2702**

<b>Termin</b>	01./02.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Andrea Frey	
<b>Ort</b>	Kerken	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Funktionelles Rücken- und Stabilitätstraining – richtige Haltung, mehr Kraft, bessere Beweglichkeit und Entspannung (15LE)**

Für alle die Ideen und Inspiration für ihre Übungsstunden mit dem Schwerpunkt Rücken- und Stabilitätstraining suchen. Ein sehr praxisbezogener Lehrgang mit vielen Anregungen für eine abwechslungsreiche Gestaltung ohne und mit Kleingeräten/Hilfsmitteln.

Hier geht es vor allem um die Qualität in Haltung in Bewegung sowie die korrekte Anleitung verschiedener Übungen. Das intensive Training mit dem eigenen Körpergewicht, Übungen mit Partnerwiderstand oder Übungen mit Kleingeräten bilden einen Schwerpunkt dieses Lehrganges. Viel Wert gelegt wird hier vor allem auf Körperhaltung, Körperspannung und funktionelle Ausführung. Die Kräftigung der wirbelsäulenumspannenden Muskulatur, die Stabilisation der Wirbelsäule, die Aktivierung der Tiefenmuskulatur, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen bilden weitere Schwerpunkte. Es werden nicht nur selektive Muskeln, sondern vor allem ganze Muskelketten angesprochen sowie die Kraftausdauer trainiert. Zudem sollte im Hinblick auf alltägliche Anforderungen an Physis und Psyche stets ganzheitlich geübt werden, sodass auch Elemente z.B. aus dem Pilates oder Yoga sowie Entspannungsübungen mit einfließen.

- Mobilisation
- Kräftigung und Stabilisation
- Haltungsschulung und –verbesserung
- Umgang mit Redondoball, Theraband und Gymnastikstab
- Anatomie der Wirbelsäule, globales und primär stabilisierendes System
- RückenQUIZ – alles „dreht“ sich um die Wirbelsäule
- Körperwahrnehmung und (passive/aktive) Entspannung

**G2017-027-2703**

<b>Termin</b>	08./09.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Emmerich	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Pilates für Einsteiger (15 LE)

Pilates ist ein ganzheitlicher, orientierter, funktioneller Aufbau der tieferliegenden Muskulatur.

Kennzeichnend fürs Pilates sind langsame, fließende Bewegungen, die mit viel Konzentration und bewusst kontrollierter Atmung ausgeführt werden müssen.

Ziel des Trainings ist es, die tiefe Muskulatur des Rumpfes, also im Becken, der Taille, im Bauch und an der Wirbelsäule zu dehnen und kräftigen. Das sorgt für eine bessere Körperhaltung und beugt schmerzhaften Verspannungen im Rücken vor.

Verbessert werden bei regelmäßigem Training:

- der Bewegungsfluss
- die Zentrierung
- die Atmung
- die Kontrolle
- die Genauigkeit
- die Konzentration
- die Koordination

### G2017-027-2704

<b>Termin</b>	29./30.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Regina Brausch	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Gesundheitsförderung im/durch Breitensport-Schwerpunkt Ausdauer (15 LE)

Immer wieder spannend: wie funktioniert die Ausdauerleistungsfähigkeit, wie kann ich sie trainieren, warum ist sie so wichtig, was muss ich beachten, nehme ich dann ab, bleibe ich länger fit, und warum eigentlich? Theorie und viel Praxis für Junge und Alte!

### G2017-027-2705

<b>Termin</b>	13./14.05.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Bernd Pscheidl	
<b>Ort</b>	Uedem	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Functional Training - TRX Suspension- und Outdoortraining (15 LE)

### Samstag

TRX® Suspension Training - Innovative Trendsportart aus den USA erobert Fitnessbereich und Profisport

Das in der Physiotherapie seit vielen Jahren eingesetzte und bekannte „Schlingentraining“ erhält seit geraumer Zeit auch Einzug in den Leistungs- und Breitensport und stellt sich als hocheffektive und innovative Form des Krafttrainings dar. Es ist insbesondere für alle die interessant, die sicher und schnell ihre sportliche Kondition verbessern möchten, ganz unabhängig vom Alter, Geschlecht oder Fitnessniveau! Bereits mit einem 20-minütigen(!) Workout lassen sich effektive Erfolge hinsichtlich der Verbesserung der Kraft, Koordination, Stabilität und Beweglichkeit erzielen!

Diese Fortbildung vermittelt neben einer Einführung in das Trainingsgerät wichtige Grundlagen des Suspension Trainings sowie eine breite Übungsauswahl. Außerdem sollen verschiedene Möglichkeiten zur individuellen Trainingsgestaltung und Intensitätssteuerung aufgezeigt werden.

Weitere interessante Vorab-Informationen, Übungsprogramme und Trainingsvideos zum TRX® Suspension Training finden Sie auf der Webseite <http://de.trxtraining.com> oder <http://www.transatlanticfitness.com>.

### Sonntag

*Outdoortraining - Ein Trendsport in der freien Natur!*

Das sogenannte Outdoortraining ist eine sehr vielseitige sowie abwechslungsreiche Trendsportart in der freien Natur, welches Fitnessinteressierten neue Erfahrungen und einen Motivationsschub durch das Training an der frischen Luft bietet. Auf der Grundlage des „Functional Trainings“ werden mit vielfältigen Trainingsformen Natur, Spaß und effektives Training in Einklang gebracht. Das, was die Natur und das städtische Umfeld zu bieten hat, dient dabei als möglicher Trainingsort.

Bänke, Treppen, Geländer, Hügel, Berge, Gräben, Baumstämme und vieles mehr, werden beim Training genutzt bzw. dabei instrumentalisiert. Aber auch weitere Kleingeräte, wie z.B. Schlingentrainer, Seile, Kettlebell, Medizinbälle, Minibands etc. können als Hilfsmittel eingesetzt werden.

Durch das intensive Training kann sehr zeitsparend, aber dennoch effektiv und zielgerichtet trainiert werden. Es spricht all jene Erwachsene und junge Menschen an, die an Fitnesstraining interessiert sind, eine gewisse Grundlagenfitness besitzen, raus aus dem Fitnessstudio in die freie Natur wollen und gerne im Team

oder der Kleingruppe trainieren.

Diese Fortbildung vermittelt neben den oben genannten Inhalten eine breite Auswahl an verschiedenen Übungen mit und ohne Kleingeräten sowie unter Einsatz des eigenen Körpergewichtes.

Außerdem sollen verschiedene Möglichkeiten der abwechslungsreichen Gestaltung von Trainingseinheiten und der individuellen Intensitätssteuerung zur Gewährleistung des maximalen Trainingserfolges aufgezeigt werden.

Der Bezeichnung „Outdoortraining“ entsprechend wird generell draußen, mit den witterungsbedingten Verhältnissen angepasster Kleidung trainiert.

### Inhalte

- Grundlagen / Philosophie des Outdoortrainings
- Typische Outdoor-Übungen
- Gruppen- und Teamspiele
- Aufbau, Planung und Durchführung von Outdoortrainings-Einheiten
- Trainingsformen- und Methoden
- Planung, Neuetablierung und Organisation von Outdoortrainings-Angeboten

#### G2017-027-2706

<b>Termin</b>	17./18.06.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Michael Nienhuysen, Klaudia Privik	
<b>Ort</b>	Kleve	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

### Core & More – Functional Fit + Faszientraining (15 LE)

Der Trend geht hin zu funktionellem mehrdimensionalem Training. Begriffe wie Functional Fitness oder Core-Training liest man immer häufiger. Das intensive Training mit dem eigenen Körpergewicht, Übungen mit Partnerwiderstand oder Übungen mit Kleingeräten bilden einen Schwerpunkt dieses Lehrganges. Voraus geht eine intensive Technikschiulung mit Korrekturen von Basisübungen hinsichtlich Körperhaltung, Körperspannung und funktionelle Ausführung. Die Kräftigung der wirbelsäulenumspannenden Muskulatur, die Stabilisation der Wirbelsäule, die Aktivierung der Tiefenmuskulatur, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen

bilden weitere Schwerpunkte. Es werden nicht nur selektive Muskeln, sondern vor allem ganze Muskelketten angesprochen sowie die Kraftausdauer trainiert. Der Lehrgang wird abgerundet mit verschiedenen Mobilisations-, (dynamischen) Dehn- und Entspannungsübungen die auch auf unser Faszienetzwerk (Faszien = Bindegewebe) im Körper einwirken und die Faszien sowohl lösen, beleben als auch straffen. Die Übungen können auf das jeweilige Niveau der Teilnehmer angepasst werden, sodass jeder dort abgeholt werden kann wo er sich gerade befindet.

#### G2017-027-2707

<b>Termin</b>	24./25.06.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Kalkar	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

### Functional Cross- Fitnessübungen mit und ohne Gerät (15 LE)

Das funktionale Training verbessert neben Kraft und Koordination auch Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit sowie Körpergefühl und Haltung. Es stabilisiert Gelenke und Muskeln und senkt die Gefahr für Verletzungen.

Das Training verzichtet auf Maschinen und isolierte Bewegungen und macht den Körper zum effektiven Trainingsgerät. Der Körper wird mit komplexen Übungen im Ganzen gekräftigt und nicht nur in seinen Einzelteilen optimiert. Natürliche Bewegungsabläufe werden gestärkt. Im Alltag, beim Laufen, Springen oder Werfen, müssen unterschiedliche Muskeln fein dosiert zusammenarbeiten, um die Kraft von einem auf das nächste Körperteil zu übertragen. Die durchgeführten Übungen werden deshalb so abgestimmt, dass das intermuskuläre Zusammenwirken verschiedener Muskelgruppen gestärkt und verbessert wird.

Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht und speziellen Zusatzgeräten, meist im Zirkel:

Bei freien und dreidimensionalen Übungen wie Ausfallschritten, Kniebeugen, Sprüngen, Klimmzügen und Stütz-Varianten, muss die eigene Bauch- und Rückenmuskulatur den Rumpf stabilisieren.

Sling-Training mit dem TRX, bei dem sich der Sportler mit Händen oder Füßen in zwei von der Decke oder einem Gerüst baumelnde Gurte hängt, stützt oder lehnt wird genauso integriert, wie die sogenannte Kettlebell. Die Kugelhantel wird beispielsweise ein- oder beidarmig aus der Kniebeuge nach oben vor den Körper geschwungen.

Der Power- oder Sandbag findet ebenso seine Anwendung und ist quasi ein gefüllter Sandsack, der getragen, geschleudert oder geworfen wird. Auch der altbewährte Medizinball kommt zum Einsatz, genauso wie Gymnastikbälle oder Seile.

Ob mit oder ohne Geräte - das Trainingsmotto ist simpel: Zeit oder Wiederholungen zählen. Die Übungen dauern zwischen 20 und 120 Sekunden oder umfassen 20 bis 40 Wiederholungen, die Pausen dazwischen sind nur kurz. Das macht es intensiv, aber auch abwechslungsreich und interessant.

Das anspruchsvolle Training kann individuell variiert und erleichtert werden und eignet sich deshalb auch für Einsteiger und Ältere.

Effekt: Die gesamte Körpermuskulatur wird gefordert, muss permanent stabilisieren und ausbalancieren und wird dadurch gestärkt.

Schwerpunkt am ersten Tag ist das Training mit dem TRX, der zweite Tag widmet sich dem Crosstraining mit und ohne Gerät sowie den verschiedenen Trainingsmethoden.

#### G2017-027-2708

<b>Termin</b>	01./02.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Ingo Breuer	
<b>Ort</b>	Kevelaer	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

#### „Wenn ich sitze, dann sitze ich – und wenn ich tanze, dann tanze ich!“ - Meditation und Tanz (15 LE)

Unser Leben unterliegt einem Rhythmus, der uns führt, von dem alles ausgeht und zu dem alles zurückkehrt. Die Natur mit ihren Wandlungsphasen ist eine wunderbare Lehrmeisterin. Auch wir spüren diesen Rhythmus in uns, genauso wie wir wahrnehmen, wenn wir ihn verloren haben und uns „neben der Spur“ fühlen.

Was macht es mit uns einem Rhythmus zu folgen oder wieder mehr auf ihn zu achten: Anspannung und Entspannung, Stille und Austausch, Alleinsein und In-Kontakt-sein, Aufnehmen und Loslassen, Inspiration und Resignation, wie Ebbe und Flut, Yin und Yang - diese spannende Frage wollen wir uns am Ende des Tages stellen und versuchen, die Ergebnisse in den (Übungs-)Alltag umzusetzen.

#### G2017-027-2709

<b>Termin</b>	08./09.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Silvia Lambertz	
<b>Ort</b>	Wachtendonk	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ehemalige SdÄ Lizenz	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

#### Vinyasa Flow und Fasziens-YOGA – kraftvoll, dynamisch, fließend, schwungvoll (15 LE)

Vinyasa Yoga steht für den eher dynamischen, fitness- oder körperorientierten Yoga-Stil. Ein Flow ist das fließende Ineinandergreifen von Haltungen. Vinyasa Flow besteht aus fließenden Bewegungssequenzen, bei denen Atmung und Bewegung achtsam synchronisiert werden, man könnte auch sagen: erlebe Meditation in Bewegung!

Unser Faszienetzwerk (Fasziens= Bindegewebe) mag vielseitige Impulse und Bewegungen in alle Richtungen: mit (dynamischem) Dehnen über ganze sogenannte Faszienzugbahnen die sich durch unseren ganzen Körper ziehen, Bewegungen mit „Räkelfaktor“, federnde, fließende Bewegungen, spritzige Impulse (wie Schwünge und Sprünge) sowie Belebung durch feine pulsierende schwingende Bewegungen, bei denen man in seinen Körper bewusst hineinspürt. Die Selbstwahrnehmung steht im Vordergrund dieser achtsamen Yogapraxis. Zusätzlich widmen wir uns Übun-

gen, die kräftigen, stabilisieren und die Haltung verbessern.

Yoga ist seit jeher bereits ein Faszientraining vom Allerfeinsten! In diesem Kurs werden wir uns recken und strecken, anspannen und entspannen, federn, schwingen, hüpfen und springen, uns richtig anstrengen und schwitzen...

...und am Ende zufrieden in der Rückenentspannungslage mit hoch gezogenen Mundwinkeln wieder ankommen, nachspüren und runterfahren. Yoga-Grundkenntnisse und erste Yoga-Erfahrungen sind Voraussetzung.

**G2017-027-2710**

<b>Termin</b>	08./09.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Bedburg-Hau	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	Yoga-Grundkenntnisse	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**TRX® Suspension Training - Innovative Trendsportart aus den USA erobert Fitnessbereich und Profisport (8 LE)**

Das in der Physiotherapie seit vielen Jahren eingesetzte und bekannte „Schlingentraining“ erhält seit geraumer Zeit auch Einzug in den Leistungs- und Breitensport und stellt sich als hocheffektive und innovative Form des Krafttrainings dar. Es ist insbesondere für alle die interessant, die sicher und schnell ihre sportliche Kondition verbessern möchten, ganz unabhängig vom Alter, Geschlecht oder Fitnessniveau! Bereits mit einem 20-minütigen(!) Workout lassen sich effektive Erfolge hinsichtlich der Verbesserung der Kraft, Koordination, Stabilität und Beweglichkeit erzielen!

Diese Fortbildung vermittelt neben einer Einführung in das Trainingsgerät wichtige Grundlagen des Suspension Trainings sowie eine breite Übungsauswahl. Außerdem sollen verschiedene Möglichkeiten zur individuellen Trainingsgestaltung und Intensitätssteuerung aufgezeigt werden.

**G2017-027-2803**

<b>Termin</b>	02.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Ingo Breuer	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	30,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Functional Fit & Bodyweight Training BASICS (Teil 1) (8 LE) TOOLS (Teil 2) (8 LE)**

Das intensive Training mit dem eigenen Körpergewicht/ mit Partnerwiderstand (Teil 1) oder Übungen mit Kleingeräten (Teil 2) bilden einen Schwerpunkt dieses Lehrganges. Voraus geht eine intensive Technikschiulung mit Korrekturen von Basisübungen hinsichtlich Körperhaltung, Körperspannung und funktionelle Ausführung (Teil 1). Die Kräftigung der wirbelsäulenumspannenden Muskulatur, die Stabilisation der Wirbelsäule, die Aktivierung der Tiefenmuskulatur, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen bilden weitere Schwerpunkte. Es werden nicht nur selektive Muskeln, sondern vor allem ganze Muskelketten angesprochen sowie die Kraftausdauer trainiert. Der Lehrgang wird abgerundet mit verschiedenen Mobilisations-, (dynamischen) Dehn- und Entspannungsübungen. Alles Gute für Gelenke, Muskeln, Faszien & Co. Die Übungen können auf das jeweilige Niveau der Teilnehmer angepasst werden, sodass jeder dort abgeholt werden kann wo er sich gerade befindet.

**Achtung**

Teil 1 (BASICS) ist Voraussetzung für die Teilnahme an Teil 2 (TOOLS)! Teil 2 kann somit nicht einzeln gebucht werden.

G2017-027-2804		Functional Fit & Bodyweight Training BASICS (Teil 1)	
<b>Termin</b>	09.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr	
<b>Leitung</b>	Vera Heimann		
<b>Ort</b>	Issum		
<b>Gebühr</b>	30,00 € (60,00 €)		
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang		
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung		
<b>Voraussetzung</b>	keine		
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial		

G2017-027-2805		Functional Fit & Bodyweight Training TOOLS (Teil 2)	
<b>Termin</b>	10.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr	
<b>Leitung</b>	Vera Heimann		
<b>Ort</b>	Issum		
<b>Gebühr</b>	30,00 € (60,00 €)		
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang		
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung		
<b>Voraussetzung</b>	Functional Fit & Bodyweight Training BASICS (Teil 1)		
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial		

### Trendsport: Kinball und Ultimate Frisbee (8 LE)

Mit einem Durchmesser von 1,20 m bei nur einem kg Gewicht ist der Kinball sicher kein alltägliches Sportgerät. Durch seine besonderen Flugeigenschaften fordert er Koordination, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer der Spieler, die in gleich drei Mannschaften gegeneinander spielen.

Die Frisbeescheibe ist nicht nur dazu da, um vom Hund zurückgebracht zu werden. Ultimate Frisbee ist ein weitgehend berührungsloser Mannschaftssport, der mit der 175 g schweren Kunststoffwurfscheibe gespielt wird.

Beide Spiele werden in dieser Fortbildung eingeführt, sodass sie später in der eigenen Breitensportgruppe eingesetzt werden können.

G2017-027-2806		
<b>Termin</b>	30.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Christoph Kirstein	
<b>Ort</b>	Kerken	
<b>Gebühr</b>	30,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

### Rückenschule (15 LE)

Von den Alltagshandlungen, dem korrekten Gehen, rückengerechtem Tragen usw. zur rückerleichtenden Fitnessgymnastik mit und ohne Geräte sowie Spielformen und Spiele bis zur Wirbelsäulengymnastik und Entspannung.

G2017-027-2711		
<b>Termin</b>	07./08.10.2016	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Bernd Pscheidl	
<b>Ort</b>	Kleve	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

### YOGA – Kraft, Stabilität und Entspannung für Schultern, Nacken und Rücken (15 LE)

In diesem Lehrgang arbeiten wir bewusst und intensiv an unserer Körperhaltung und unserer stabilen Körpermitte, auch die Körperwahrnehmung wird verfeinert und unser Faszienetzwerk beansprucht. Die Körperübungen (Asanas) kräftigen, stabilisieren, mobilisieren, dehnen und entspannen auf vielen Ebenen. Es werden Übungen und Bewegungssequenzen („Flows“) aus verschiedenen Yoga-Stilen unter dem Dach des „Hatha Yoga“ (Körperhaltungen, Atemübungen, Entspannung/Meditation) vorgestellt.

Yang Yoga (wie z.B. das sehr körperorientierte „Vinyasa Yoga“) ist eine sehr aktive, dynamische und fließende Praxis voller Kraft. Diese Yogarichtung wirkt inten-

siv auf die Muskulatur und Rumpfstabilität ein und hat einen anregenden und energetisierenden Effekt auf Körper und Geist. Yin Yoga steht im Gegensatz dazu für eine passive Praxis. Ziel ist es, die tiefen inneren Schichten des Körpers (wie die Faszien = Bindegewebe) zu erreichen, zu dehnen und Verspannungen zu lösen. Beim Yin Yoga werden die Asanas lange gehalten (z.B. 3 – 5 Minuten) und die Muskulatur losgelassen, was einen beruhigenden und regenerierenden Effekt mit sich bringt. Auch dynamische Übungen aus dem Faszien-Yoga mit „Räkel-Faktor“ werden vorgestellt. Achtsamkeit, Hingabe, Durchhaltevermögen, positives Denken und Geduld mit sich selbst spielen hier eine entscheidende Rolle.

**G2017-027-2712**

<b>Termin</b>	14./15.10.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Straelen	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Tai Chi (15 LE)**

Tai Chi ist Gymnastik, Atemübung und Meditation in einem. Die chinesische Tradition kennt seit Tausenden von Jahren die wohltuenden Kräfte dieser Techniken. Die weichen, fließenden Bewegungen führen zu tiefer Ruhe und Gelassenheit, erweitern die Körperwahrnehmung, führen zur Stabilisierung des Kreislaufs und des Nervensystems sowie zur Entlastung der Gelenke und der Wirbelsäule. An diesem Wochenende wird die 24er Formel erlernt.

**Bitte mitbringen**

bequeme Kleidung, Socken und Pantoffeln

Es sind keine Grundkenntnisse erforderlich.

**G2017-027-2713**

<b>Termin</b>	11./12.11.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Emiel Thon	
<b>Ort</b>	Kalkar	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Body & Mind Balance - Haltung, Bewegung, Körperwahrnehmung und Entspannung (15 LE)**

In diesem Lehrgang wird das Zusammenwirken von „Body“ (körperliches Training) und „Mind“ (geistiges Training) gefördert, sodass Gesundheit und Ausgeglichenheit und das eigene Körperbewusstsein positiv beeinflusst werden. Wir wollen kraftvolle Körperhaltungen, fließende Bewegungen mit harmonischer Atmung achtsam in Einklang bringen und unsere Lebensenergie wecken! Biete auch in deinen Kursen kleine Bewegungs- und Entspannungsprogramme an mit Einflüssen und Elementen z.B. aus dem Yoga, Pilates oder der ZEN-Gymnastik. Aber auch andere Entspannungsangebote z.B. als Cool Down oder Ausklang für deine Stunde wie Traum- und Körperreisen, Muskelentspannung, Ballmassagen werden vorgestellt. Hier erwartet dich eine Mischung aus Körperwahrnehmung, Optimierung der Körperhaltung, Koordinations-, Balance-, Dehn- und Entspannungsübungen.

**G2017-027-2714**

<b>Termin</b>	25./26.11.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Vera Heimann	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	50,00 € (100,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	



**Spiderman + Co - Superhelden in Aktion! (8 LE)**

Wir greifen gezielt die Vorbilder aus Film/Comic auf, um die Chancen und Möglichkeiten motorischer Förderung in Einklang mit kindlicher Fantasie zu bringen! Gemeinsam erstellen wir Spiel und Interaktionsmöglichkeiten mit dem besonderen Augenmerk auf die Bereiche: Fantasie, Fairness, Kraft und Geschicklichkeit.

**G2017-027-3426**

<b>Termin</b>	01.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Christian Handschke	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Spiele aus der Hosentasche (8 LE)**

Dieser Lehrgang gibt viele Impulse für verschiedenste Bewegungsanlässe, wie z.B.: Spielerische Lückenbüßer, Spiele für die Pause, Spiele für alle Gelegenheiten - und das alles ohne viel Material und Vorbereitung. Spiele mit Alltagsmaterialien, psychomotorische Spielereien sowie alte Haus- und Hofspiele werden die Spielfreude auch in Ihnen wecken.

**G2017-027-3428**

<b>Termin</b>	14.10.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Dagmar Bach	
<b>Ort</b>	Emmerich	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Ringen, Raufen - Kräfte messen (15 LE)**

Kinder haben das Bedürfnis zu toben und ihre Kräfte zu messen. Dies ist für ihre körperliche, psychische und soziale Entwicklung von Bedeutung, kann sich aber dann zum Problem entfalten, wenn Fähigkeiten, Kenntnisse sowie Möglichkeiten fehlen, Zweikämpfe in kontrollierter und verantwortungsvoller Form auszutragen. An dieser Stelle eignet sich der Sport als spielerisches Mittel zur Gewaltprävention besonders gut.

Den Teilnehmern wird in dieser Fortbildung praktisch vermittelt, wie Kindern und Jugendlichen ein legaler und strukturierter Rahmen für das Ausleben ihrer Bewegungslust geschaffen werden kann. Durch den Einsatz muskulärer Arbeit, durch Druck, Zug, Nachgeben und Bewegungen des Partners wird ein intensives Körpererleben ermöglicht. Die Teilnehmer lernen Ringen und Raufen als ein Bewegungsfeld des friedlichen Gegeneinanders und kämpferischen Miteinanders zu betrachten und nicht als Austragung oder Fortsetzung der zwischen Kindern vorhandenen Konflikte mit legalen Mitteln zu sehen.

**G2017-027-3400**

<b>Termin</b>	29./30.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Anke Saure	
<b>Ort</b>	Bedburg-Hau	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV, ÜL-B BeSS	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Bewegungstheater - Kreative Bewegungserziehung (15 LE)**

Das Experimentieren und Spielen mit den eigenen Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten steht im Vordergrund. Es gibt keine vorgefertigten Stücke, Textvorgaben oder Regiepläne. Die Bewegungen werden immer wieder neu „erfunden“, dazu können bekannte Bewegungstechniken, z.B. aus der Pantomime, dem Sport oder dem Tanz herangezogen werden. Der Art und Weise der Aufgabenstellung kommt eine besondere Bedeutung zu. Das methodische Vorgehen ist ausschlaggebend für das Zustandekommen des kreativen Tuns.

**Inhalte**

- Wir kommen in Bewegung mit Bewegungsgeschichten, kreativem Tanz, Bewegungsspielen

- Improvisation, Komposition, Choreographie
- Kreistänze und Darstellungstänze - Von der Improvisation zur Komposition
- Vom Trommeln zum Tanzen - Wir machen Musik und tanzen dazu
- Vom Gehen zum Tanzen - Wir entwickeln Tänze aus den Elementen vorwärts, seitwärts, rückwärtsgehen
- Line Dance, Square Dance
- Tänze für 3-4 Jährige/ für 4-6 Jährige
- Reflexionen der Angebote

**G2017-027-3401**

<b>Termin</b>	24./25.06.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Anke Saure	
<b>Ort</b>	Weeze	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV, ÜL-B BeSS	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Spiel, Musik, Tanz - musikalische Erziehung im Kleinkindalter (8 LE)**

Spiel Musik und Tanz gehören für Kleinkinder noch unmittelbar zusammen. Sobald sie Musik hören beginnen sie sich zu bewegen, zu tanzen. Dieses natürliche Bewegungsbedürfnis wollen wir aufgreifen und verstärken und dabei das Musik- und Rhythmusempfinden der Kinder fördern. Sing und Darstellungsspiele, Bewegungsspiele mit und ohne Musik, erste kleine Tänze sind ebenso Inhalte des Lehrgangs wie eigenes Musizieren auf Orff Instrumenten und das Erstellen von Bewegungslandschaften und Geschichten. Diese Form der ganzheitlichen Bewegungserziehung ist besonders für U3 Kinder geeignet.

**G2017-027-3427**

<b>Termin</b>	08.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Susanne Straub	
<b>Ort</b>	Straelen	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Benno Buchstabe - Spielerische Sprachförderung (8 LE)**

Kinder lernen in der Regel ganz von alleine das Sprechen. Dies geschieht aber immer in Abhängigkeit von den Anregungen ihrer Umgebung. Ein Motor für den Spracherwerb ist die Bewegung.

Ziel des Lehrgangs ist es, den Bezug zwischen Sprache und Bewegung herzustellen und dies für den Umgang mit Kindern in Sportverein, Kita oder Schule zu nutzen.

Eine vielfältige Praxissammlung soll Ideen an die Hand geben, die ganz einfach und mit viel Spaß umsetzbar sind.

**G2017-027-3429**

<b>Termin</b>	23.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Dagmar Bach	
<b>Ort</b>	Kleve	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Klettern, Kullern, Purzelbaum – Erlebnisorientierte und ganzheitliche Bewegungsförderung für 1–3 Jährige (15 LE)**

Robben, Krabbeln, Laufen, ... - in den ersten drei Lebensjahren ist die Bewegungsentwicklung eine elementare Basis zum Lernen. Mit erlebnisorientierten Angeboten können wir diese Altersgruppe sinnvoll fördern. Die Fortbildung bietet Ihnen Impulse für Sportvereine, Spielgruppen und Kindertageseinrichtungen an.

*Inhalte*

- Die Bedeutung der motorischen Entwicklung und die Entwicklung der Persönlichkeit
- Bunte Spiel- und Übungsvielfalt von Groß- und Kleingeräten
- Einsatz von Alltagsmaterialien
- Ganzheitliche Bewegungsförderung

**G2017-027-3402**

<b>Termin</b>	02./03.12.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Silvia Schwarz-Hollasch	
<b>Ort</b>	Wachtendonk	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, ÜL-B BiKuV, ÜL-B BeSS	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Fortbildung 2. Lizenzstufe - ÜL-B Prävention****Faszien- und Core-Training in der Prävention (15 LE)**

Diese Fortbildung verbindet das Faszien- und das Core-Training. Hierbei geht es um eine starke Körpermitte – dem Training der Tiefenmuskulatur – und um ein elastisches und gut trainiertes Bindegewebe. Nach neuen Erkenntnissen ist das Faszienetz, also das kollagene Bindegewebsnetzwerk, für die Kraftentwicklung und -übertragung von hoher Bedeutung und hilft dabei, Verletzungen vorzubeugen sowie die Leistungsfähigkeit des Körpers zu steigern.

Die Teilnehmer erlernen Übungen aus dem Core- und Faszien-Training, die sowohl für Ältere als auch für Teilnehmer in einem Präventionskurs sehr gut geeignet sind.

Gearbeitet wird unter anderem mit einer Massagerolle - der sogenannten Blackroll - dem klassischen Gymnastikstab, den Brasils und dem Redondoball.

**Inhalte**

- Vermittlung grundlegender Aspekte des Faszien- und Core Trainings
- Vielfältige Übungen mit dem Gymnastikstab, den Brasils, der Blackroll und dem Redondoball
- Übungsaufbau und Umsetzung
- Anwendung und Umsetzung in Präventionsgruppen
- Informationen zum Siegel Sport pro Gesundheit

**Bitte mitbringen**

- Ein Handtuch
- warme und bequeme Sportkleidung
- warme Socken
- Musik und vorhandene Literatur zum Thema

**G2017-027-5300**

<b>Termin</b>	06./07.05.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	LSB NRW	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, P-HKS, HuB, SuE, GfÄ, SdÄ	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Stabilitäts- und Faszientraining (15 LE)**

Einerseits einen kräftigen, funktionierenden Körper erhalten, aber keine Beschwerden, resultierend aus Überlastung und zu wenigen Flexibilitätsübungen: eine Herausforderung für die Übungsleitung.

**Inhalte**

- Stabilitätstraining (z.B. Coretraining) und Funktionstraining für die tiefliegende und oberflächliche Muskulatur
- Spezielles Übungsprogramm Faszientraining mit Geräten
- Abwechslungsreiche Flexibilitätsübungen
- Entspannung und Wellness
- Einbindung in die Präventionsangebote

**Ziel**

Einbettung der Inhalte in die unterschiedlichen Präventionsausrichtungen und Herausarbeitung einer ausbalancierten und widerstandsfähigen Muskulatur für die jeweilige Zielgruppe.

**G2017-027-5301**

<b>Termin</b>	24./25.06.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Iris Schulte	
<b>Ort</b>	Issum	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, P-HKS, HuB, SuE, GfÄ, SdÄ	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Starker Rücken - starker Bauch (15 LE)**

Starre Körper können Kräfte die auf sie einwirken nicht verteilen, sie drohen zu brechen, wenn die Belastung zu groß wird. Elastische Körper passen sich den auf sie einwirkenden Kräften an und können sie über das gesamte System verteilen, die Belastung wird deutlich verringert. Was bedeutet das für unser „Rückentraining“ heute? Lange schon sind wir weg von isolierten nur „Rücken“ orientierten Stunden. Heute denken wir im präventiven Sport funktionell. Welche Übungen bringen dem Rücken Stabilität und Elastizität?

In diesem Kurs lernen wir die Muskelschlingen und Faszienzüge funktionell zu trainieren, um Stabilität und Elastizität bis ins Alter zu verbessern und zu erhalten.

**Inhalte**

- Funktionelle Anatomie des Rumpfes
- Theoretische Hintergründe zu Muskelschlingen und Faszienzügen
- Funktionelle, an den Anforderungen des Alltags orientierte Übungen
- Erweitern von Bewegungsmustern

**G2017-027-5302**

<b>Termin</b>	25./26.11.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Clarissa Tschirner	
<b>Ort</b>	Issum	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, P-HKS, HuB, SuE, GfÄ, SdÄ	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**INKLUSION - Sport und Spiel in einer heterogenen Gruppe für Menschen mit und ohne Behinderungen (8 LE)**

Was bedeutet Inklusion? Woran erkennt man Inklusion und Teilhabe im Sport? Was können wir tun um Teilhabe im Sport zu ermöglichen? Wie kann das in der Bewegungs- und Sportpraxis gelingen? Kleine Bewegungsspiele in heterogenen Gruppen: Was gilt es zu beachten bei Aufwärmspielen, Fangspielen, kooperativen Spielen, Staffelspielen? Praktische Durchführung exemplarischer Spielformen: Große Spiele in heterogenen Gruppen durch Möglichkeiten der Regelerweiterung und -änderung: Alternative Spielformen, Differenzierung für heterogene Sportgruppen durch offene Bewegungsangebote, Arbeit an Stationen, Bewegungslandschaften.

**G2017-027-3678**

<b>Termin</b>	18.03.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Kevelaer	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitationssport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**101 Spiele-Enzyklopädie (8 LE)**

Ziel des Lehrgangs ist das Erlernen von 101 Spielen für die Umsetzung in einer Rehabilitationssportgruppe. Alle Spiele werden in der Praxis durchgeführt. Sie wurden praxiserprobt und wurden von Übungsleiterinnen/ Übungsleitern als auch von Teilnehmerinnen/ Teilnehmern als gut befunden.



**G2017-027-3679**

<b>Termin</b>	29.04.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Straelen	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitations-sport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Beckenboden- und Wirbelsäulengymnastik – Einführungslehrgang (8 LE)**

Kennenlernen des Beckenbodens und seiner Bedeutung für die Aufrichtung des Beckens und der Wirbelsäule (Stabilisierung der Körpermitte, Fundament für einen gelösten Schulter - Nacken-Bereich, Optimierung der Ganzkörperspannung), Einführung in die Anatomie des Beckenbodens, gezielte Körperwahrnehmung und Übungen zur Mobilisation des Beckenbodens. Integration in bekannte Wirbelsäulengymnastikübungen - dies wird dann in dem Aufbaulehrgang fortgesetzt. Das Erlernen des gezielten Einsatzes des Beckenbodens bei Körperübungen ist das Fundament für das sogenannte Power House bei Pilates.

**G2017-027-3680**

<b>Termin</b>	13.05.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitations-sport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	
<b>Hinweis</b>	Den Aufbaulehrgang (G2017-027-3681) finden Sie auf Seite 56.	

**Orthopädische Begleiterkrankungen und Konsequenzen für den Sport in Reha-sportgruppen für innere Medizin (8 LE)**

In Herz- und Diabetesgruppen ist neben dem Primärproblem immer auch mit körperlichen Einschränkungen aufgrund von zusätzlichen, meist andersartigen Erkrankungen (Sekundärerkrankung(en) oder besser Sekundärproblem(en)) zu rechnen.

Hierzu gehören

- Arthrose speziell in den Gelenken der oberen und unteren Extremitäten (Schulter, Hüfte, Knie & Füße)
- Wirbelsäulen-Erkrankungen
- Osteoporose
- Orthopädische Einschränkungen nach Tumorerkrankungen

Die genannten Erkrankungen führen oft zu erheblichen Bewegungseinschränkungen, zum anderen sind es auch Erkrankungen, die durch Sport positiv beeinflusst werden können, wenn gewisse Aspekte berücksichtigt werden.

**G2017-027-3721**

<b>Termin</b>	02.07.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Gila Lupp	
<b>Ort</b>	Bedburg-Hau	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitations-sport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Durchblutungsstörungen in den Beinen bei CVI und PAVK (15 LE)**

*Auf die Füße fertig los...*

Was versteht man unter diesen Erkrankungen und was bedeuten sie für die Betroffenen?

Eine gute Mischung aus Theorie und Praxis, denn nur wer die Krankheiten kennt, weiß auch damit umzugehen. Wir werden das Rad nicht neu erfinden, aber mit Ihnen zusammen ordentlich die Speichen polieren.

## Bitte mitbringen

- 2 x Handtücher (Normalgröße)
- alte Sportschuhe für den Außenbereich
- Hallensportschuhe
- Sportbekleidung Hosen zum Hochwickeln oder 3/4 Hose
- Ihr persönliches Lieblingssportgerät
- eine leichte Decke
- warme Socken

**G2017-027-3710**

<b>Termin</b>	16./17.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Gila Lupp	
<b>Ort</b>	Kalkar	
<b>Gebühr</b>	60,00 € (120,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitationssport	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Beckenboden- und Wirbelsäulengymnastik – Aufbaulehrgang (8 LE)**

Aufbauend auf den Einführungslehrgang werden die gelernten Inhalte vertieft und erweitert. Hier steht die Optimierung bekannter Wirbelsäulen-Übungen durch den gezielten Einsatz des Beckenbodens im Vordergrund (Mattenübungen, Hocker, Stand, Pezziball, Overball, Theraband). Das Erlernen des gezielten Einsatzes des Beckenbodens bei Körperübungen ist das Fundament für das sog. Power House/Pilates.

**G2017-027-3681**

<b>Termin</b>	23.09.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitationssport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Mobilitätstraining und Schulung im Umgang mit Rollatoren (8 LE)**

Immer mehr Menschen sind auf die Nutzung von Rollatoren oder Gehgeräten angewiesen. Bewegungsprofile, aber auch die Einstellungsmerkmale verschiedener Modelle sind wichtig. Unter Einsatz eines Parcours simulieren wir realitätsnah Alltagssituationen wie Schwellen, abgeflachte Bordsteine und den Einstieg in öffentliche Verkehrsmittel. Die Teilnehmer/-innen erlernen den Umgang mit dem Hilfsmittel und können das Erlernte authentisch an Betroffene weitergeben. Praxisorientiertes Seminar.

**G2017-027-3682**

<b>Termin</b>	07.10.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitationssport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

**Tanzen mit Senioren (8 LE)**

In Praxis und Theorie werden Methodik und Didaktik ausgewählter Tänze, altersgerechte Tanz- und Musikstile, altersgerechte Koordinations-, Bewegungs- und Rhythmusübungen, Erlernen kleiner Tänze pro Altersstufe und Behinderungsform und das methodische Umarbeiten der Tänze für die jeweilige Behinderungsform teilnehmerorientiert vermittelt.

**G2017-027-3683**

<b>Termin</b>	18.11.2017	09.00 - 17.00 Uhr
<b>Leitung</b>	BRSNW	
<b>Ort</b>	Emmerich	
<b>Gebühr</b>	40,00 € (60,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C, Übungsleiter-B Rehabilitationssport bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

## Fortbildung „Erste Hilfe bei Sportverletzungen/Sportunfällen“ (9 LE)

Leichtere Blessuren (die Mediziner sprechen hier von Bagatellverletzungen), verheilen schnell, wenn die richtigen Maßnahmen der Ersten Hilfe unverzüglich nach dem Verletzungseintritt ergriffen werden. Der Lehrgang vermittelt den Übungsleiterinnen und Übungsleitern das nötige Know-How der Erstversorgung. In einigen Fällen können aber auch Verletzungen/Notfälle z.B. Herz-Kreislauf-Komplikationen auftreten, die das schnelle Handeln der Übungsleiter/innen notwendig machen. In der Stadt ist der Notarzt nach ca. 7 Minuten vor Ort, zu spät bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand, daher bildet die Herz-Lungen-Wiederbelebung einen Schwerpunkt der Fortbildung.

### Kursinhalte sind beispielsweise

- Anlegen von Verbänden
- Handeln in Notfällen (Unterkühlung, Verbrennung, Brüchen)
- Handeln bei akuten Erkrankungen (Herzinfarkt, Schlaganfall)
- Auffinden eines Notfallpatienten
- Herz-Lungen-Wiederbelebung

### G2017-027-2807

<b>Termin</b>	18.03.2017	09.00 - 18.00 Uhr
<b>Leitung</b>	DLRG Geldern	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	45,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	



Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

### G2017-027-2808

<b>Termin</b>	01.07.2017	09.00 - 18.00 Uhr
<b>Leitung</b>	DLRG Kleve	
<b>Ort</b>	Kleve	
<b>Gebühr</b>	45,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

### G2017-027-2809

<b>Termin</b>	16.09.2017	09.00 - 18.00 Uhr
<b>Leitung</b>	DLRG Goch	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	45,00 € (80,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL-C Verlängerung bei 2 Tagesveranstaltungen à 8 LE mit inhaltlichem und zeitlichem Zusammenhang	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	



### Kompaktseminar „Erste Hilfe für Übungsleiter“ (4 LE)

„Sport ist Mord!“ – Dieses Sprichwort verdanken wir vermutlich der Tatsache, dass man sich beim Sport aufgrund der (oft ungewohnten) körperlichen Betätigung häufig Sportverletzungen zuzieht.

Dabei sind die Prellung, die Verstauchung, die Zerrung, der Muskelfaserriss und der Bänderriss die mit Abstand häufigsten Sportverletzungen. Sie treten meist aufgrund von falschem Training, mangelhaftem Aufwärmen oder unglücklichen Zufällen auf und sind in der Regel sehr schmerzhaft.

In diesem Seminar erhalten Sie sämtliche Informationen zu Ursachen, Symptomen, sowie Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten von Prellung, Verstauchung, Zerrung und Co.

#### G2017-027-2853

<b>Termin</b>	24.04.2017	18.00 - 22.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Dr. Derksen	
<b>Ort</b>	Goch	
<b>Gebühr</b>	10,00 € (20,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	

#### G2017-027-2854

<b>Termin</b>	16.10.2017	18.00 - 22.00 Uhr
<b>Leitung</b>	Dr. Derksen	
<b>Ort</b>	Geldern	
<b>Gebühr</b>	10,00 € (20,00 €)	
<b>Lizenzverlängerung</b>	keine	
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Voraussetzung</b>	keine	
<b>Leistungen</b>	Lehrgangsmaterial	



## BEWEGUNG IN BESTEN HÄNDEN

Profitieren Sie von unseren Leistungen –  
AOK Rheinland/Hamburg!

Mit unseren Sportprogrammen kommen Sie fit und gesund durch das Jahr. Und wenn Sie gesundheitsbewusst leben, können Sie sich mit unserem Prämienprogramm attraktive Prämien sichern.

[www.aok.de/rh](http://www.aok.de/rh)

Anmeldung zum Kurs /  
Lehrgang Nr. G2017-027-

Name der Veranstaltung \_\_\_\_\_

Preis \_\_\_\_\_ €

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ Geschlecht  w  m

PLZ Ort \_\_\_\_\_ Straße \_\_\_\_\_

Telefon privat \_\_\_\_\_ Telefon mobil \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Die AGb habe ich vor der Buchung gelesen. Sie werden von mir anerkannt.

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Hiermit ermächtige ich das SportBildungswerk Kleve, die Gebühren für den  
o.g. Kurs per Sepa-Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Geldinstitut \_\_\_\_\_

IBAN

Kontoinhaber \_\_\_\_\_ Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Vereinsempfehlung:

Stempel/Unterschrift:

**SportBildungswerk Kleve**  
Geschäftsstelle  
Kevelaerer Str. 53  
47626 Kevelaer

Anmeldung zum Kurs /  
Lehrgang Nr. G2017-027-

Name der Veranstaltung \_\_\_\_\_

Preis \_\_\_\_\_ €

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ Geschlecht  w  m

PLZ Ort \_\_\_\_\_ Straße \_\_\_\_\_

Telefon privat \_\_\_\_\_ Telefon mobil \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Die AGb habe ich vor der Buchung gelesen. Sie werden von mir anerkannt.

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Hiermit ermächtige ich das SportBildungswerk Kleve, die Gebühren für den  
o.g. Kurs per Sepa-Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Geldinstitut \_\_\_\_\_

IBAN

Kontoinhaber \_\_\_\_\_ Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Vereinsempfehlung:

Stempel/Unterschrift:

**SportBildungswerk Kleve**  
Geschäftsstelle  
Kevelaerer Str. 53  
47626 Kevelaer

# DURCHHALTEN

Das habe ich beim Sport gelernt

#beimSportgelernt

Wer Sport macht, lernt – sein Leben lang!

Denn Sport fördert die persönliche Entwicklung. Davon profitieren in NRW jährlich rund 1,5 Millionen Kinder und Jugendliche sowie 3,5 Millionen Erwachsene. Dies macht unsere 19.000 Sportvereine zu den beliebtesten Bildungsstätten im Land.

[www.beim-sport-gelernt.de](http://www.beim-sport-gelernt.de)

In Kooperation mit **WESTLOTTO**



**LANDESPORTBUND**  
NORDRHEIN-WESTFALEN