

**Sportbildungswerk des LSB NRW e.V.**  
Verbundaußenstelle Olpe/Siegen-Wittgenstein  
Bahnhofstr. 15  
57462 Olpe



**SPORTBILDUNGSWERK**  
LANDESSPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



**QUALIFIZIERUNG IM SPORT**  
Olpe / Siegen-Wittgenstein

# AUS- UND FORTBILDUNG IM SPORT 2021

Finde heraus, was gut für dich ist!





# 2021

	JANUAR					FEBRUAR					MÄRZ				
WOCHE	53	1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	13
Montag		4	11	18	25	1	8	15	22	24	1	8	15	22	29
Dienstag		5	12	19	26	2	9	16	23	25	2	9	16	23	30
Mittwoch		6	13	20	27	3	10	17	24	26	3	10	17	24	31
Donnerstag		7	14	21	28	4	11	18	25	27	4	11	18	25	
Freitag	1	8	15	22	29	5	12	19	26	28	5	12	19	26	
Samstag	2	9	16	23	30	6	13	20	27	29	6	13	20	27	
Sonntag	3	10	17	24	31	7	14	21	28		7	14	21	28	

	APRIL					MAI					JUNI					
WOCHE	13	14	15	16	17	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26
Montag		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Dienstag		6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Mittwoch		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Donnerstag	1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24	
Freitag	2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25	
Samstag	3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	9	26	
Sonntag	4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27	

	JULI					AUGUST					SEPTEMBER					
WOCHE	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39
Montag		5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Dienstag		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Mittwoch		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Donnerstag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Freitag	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24	
Samstag	3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25	
Sonntag	4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26	

	OKTOBER					NOVEMBER					DEZEMBER				
WOCHE	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52
Montag		4	11	18	25	1	8	15	22	29		6	13	20	27
Dienstag		5	12	19	26	2	9	16	23	30		7	14	21	28
Mittwoch		6	13	20	27	3	10	17	24		1	8	15	22	29
Donnerstag		7	14	21	28	4	11	18	25		2	9	16	23	30
Freitag	1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31
Samstag	2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25	
Sonntag	3	10	17	24	31	7	14	21	28		5	12	19	26	

Karfreitag 2.4., Ostern 4.4./5.4., Tag der Arbeit 1.5.,  
Christi Himmelfahrt 13.5., Pfingsten 23./24.5., Fronleichnam 3.6.,  
Tag der Deutschen Einheit 3.10., Allerheiligen 1.11., Weihnachten 25./26.12.

## Schulferien 2021 in NRW

	Erster Ferientag		Letzter Ferientag
Weihnachten	23.12.2020	-	06.01.2021
Ostern	29.03.2021	-	09.04.2021
Sommer	05.07.2021	-	17.08.2021
Herbst	11.10.2021	-	22.10.2021
Weihnachten	24.12.2021	-	07.01.2022

Finde heraus, was gut für dich ist!

# INHALTSVERZEICHNIS

Kalender	2
Über uns	4
Hinweise zur Anmeldung	5
Übersicht Qualifizierungswege	6
Weiterbildungseinrichtung & Qualitätsmanagement	7
Vorstufe	8
Sporthelfer*in I	8
Sporthelfer*in II	9
1. Lizenzstufe Ausbildungen	10
ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in Basismodul	10
ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in Aufbaumodul	11
2. Lizenzstufe Ausbildungen	12
ÜL*in-B - Rehabilitation Basismodul	12
ÜL*in-B - Rehabilitation Aufbaumodul Orthopädie	13
ÜL*in-B - Rehabilitation Aufbaumodul Innere Medizin	14
ÜL*in-B - Zertifikat Bewegungsförderung in Sportverein & Kita	15
1. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	16
ÜL*in-C - Breitensport	16
2. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	26
ÜL*in-B - Prävention	26
ÜL*in-B - Rehabilitation	27
ÜL*in-B - Bewegungsförderung	28
Vereinsmanagement - Zertifikatsausbildung	30
Geschäftsführer*in	30
Referent*in für Recht & Versicherung	31
Schatzmeister*in	32
Referent*in für Öffentlichkeitsarbeit	33
Vereinsmanagement	34
Kurz und Gut - Seminare	34
Impressum	35





**Sylvia Gante**

Leitung der Verbundaußenstelle

02761/94298-00  
info@ksb-olpe.org



**Henning Peuters**

Pädagogische Leitung

02761/94298-20  
h.peuters@ksb-olpe.org



**Jenifer Wacker**

Pädagogische Mitarbeiterin

02761/94298-11  
j.wacker@ksb-olpe.org



**Sibylle Zöllner**

Verwaltungsmitarbeiterin  
Kreis Olpe

02761/94298-00  
info@ksb-olpe.org



**Christian Janusch**

Verwaltungsmitarbeiter  
Kreis Siegen-Wittgenstein

0271/41115  
info@ksb-siegen-wittgenstein.de

## HINWEISE ZUR ANMELDUNG

Anmeldungen bitte über das Internet unter:  
[www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de)  
oder  
[www.sportangebote-siegen.de](http://www.sportangebote-siegen.de)

Alternativ können Anmeldebögen in den Geschäftsstellen der Kreissportbünde abgeholt oder angefordert werden.

Der günstigere Preis gilt für Anmeldungen aus Mitgliedsvereinen der Kreissportbünde Olpe und Siegen-Wittgenstein e.V..

Alle Maßnahmen werden in Veranalterschaft des Sportbildungswerkes des Landessportbundes NRW Verbundaußenstelle Olpe / Siegen-Wittgenstein durchgeführt. Der Träger der Maßnahmen ist der Landessportbund NRW.

Weitere Informationen zu den Qualifizierungswegen sowie zu weiteren Fortbildungen / Workshops erhalten Sie in den Geschäftsstellen der jeweiligen Kreissportbünde.

**Hinweis:** Terminänderungen vorbehalten. Aktuelle Termine sind Online einzusehen.

Kreissportbund  
Olpe e.V.

Kreissportbund  
Siegen-Wittgenstein e.V.

Geschäftsstelle:  
Bahnhofstr. 15  
57462 Olpe  
Postanschrift:  
Postfach 1547  
57445 Olpe  
Tel.: 02761-94298 00  
Fax: 02761-94298 29  
[info@ksb-olpe.org](mailto:info@ksb-olpe.org)  
[www.ksb-olpe.org](http://www.ksb-olpe.org)

Geschäftsstelle:  
Bismarckstr. 45  
57076 Siegen  
Postanschrift:  
Postfach 210422  
57028 Siegen  
Tel.: 0271-41115  
Fax: 0271-2337977  
[info@ksb-siegen-wittgenstein.de](mailto:info@ksb-siegen-wittgenstein.de)  
[www.ksb-siegen-wittgenstein.de](http://www.ksb-siegen-wittgenstein.de)

Sportjugend:  
Tel.: 02761-94298 22  
Fax: 02761-94298 29  
[info@sportjugend-olpe.org](mailto:info@sportjugend-olpe.org)

Sportjugend:  
Tel.: 0271-41115  
Fax: 0271-2337977  
[info@die-sportjugend.de](mailto:info@die-sportjugend.de)



# QUALIFIZIERÜBERSICHT LANDESSPORTBUND NRW/SPORTJUGEND NRW

Übungsleiter/-in-B Kinder- und Jugendsport	Übungsleiter/-in-B	Übungsleiter/-in-B Rehabilitation Erwachsene
Bewegungsförderung in Verein und Kita	Abenteuer- und Erlebnissport  70 LE	Rehabilitation Neurologie 75 LE
	Selbstbehauptung/ Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen  96 LE	Rehabilitation Innere Medizin 105 LE
60 LE	Prävention  Allgemeine Gesundheitsförderung  83 LE	Rehabilitation Orthopädie 90 LE
		Rehabilitation Geistige Behinderung 75 LE
		Rehabilitation Sport in der Krebsnachsorge 45 LE
		Basismodul  15 LE

2. Lizenzstufe B

JuLeiCa\*

## Übungsleiter/-in-C Breitensport

Aufbaumodul Kinder und Jugendliche	Aufbaumodul sportartübergreifend	Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere
... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen.	... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen.	... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen.
90 LE	90 LE	90 LE

1. Lizenzstufe C

## Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C/Jugendleiter/-in

Basismodul  ... wenn Sie in die Ausbildung Übungsleiter/-in, Trainer/-in-C, Jugendleiter/-in einsteigen wollen.
30 LE

JuLeiCa\*

## Sport Helfer/-in I und II \*2

... wenn Ihr als junge Engagierte (13 - 17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt.
2x 30 LE

Vorstufe

## Das SportBildungswerk NRW

### Zertifizierter Anbieter bürgernaher sportlicher Weiterbildungsangebote

Das Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen macht allen gesetzlich anerkannten und geförderten Weiterbildungseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen die Modernisierung und Neuorientierung des Weiterbildungsangebots nach aktuellen gesellschaftlichen und bildungspolitischen Bedarfen zur Aufgabe.

Diese Vorgaben werden von allen Außenstellen des SportBildungswerkes umgesetzt. Moderne Sport- und Bewegungsangebote im Rahmen allgemeiner Weiterbildung haben wir uns „auf die Fahnen“ geschrieben.

Das SportBildungswerk stellt sich zudem regelmäßig einer externen Beurteilung seines Qualitätsmanagements nach den Standards der „European Foundation for Quality Management“ (EFQM). Im März 2018 wurde dem SportBildungswerk im Rahmen der Neuzertifizierung das zweite EFQM-Level „Recognised for Excellence“ bestätigt. Systematisches Qualitätsmanagement im SportBildungswerk ist also ein Merkmal, das gegenüber dem Gesetzgeber, unseren Teilnehmerinnen und Teilnehmern, Kunden und Kooperationspartnern Nachweis ist für unser Versprechen, ständig unsere Leistungsstandards weiterzuentwickeln.

Dies dient auch der Sicherung unseres seit über 40 Jahren erfolgreichen SportBildungswerkes mit jährlich mehr als 100.000 Teilnehmer\*innen. Wir bieten den Bürgerinnen und Bürgern in NRW mehr als 7500 Sport- und Bewegungskurse, bewegungsorientierte Ausgleichsangebote für Berufs-, Arbeits- und Alltagsbelastungen, Qualifizierungsangebote für ehrenamtliche Tätigkeit mit Sportgruppen oder im Vereinsverwaltungs- und Führungsbereich sowie Grund- und Erweiterungsqualifizierungen für haupt- und nebenberuflich Tätige in Sport-, Bewegungs-, Gesundheits- und Sozialberufen.

Unser Motto für unsere Teilnehmer\*innen und Interessenten lautet:

*„Finde heraus, was gut für dich ist“*

Wir haben die Entdeckungsangebote!

Ihre SportBildungswerk-Verbundaußenstelle  
Olpe/Siegen-Wittgenstein



**EFQM**<sup>®</sup>

Recognised for Excellence  
5 Star - 2018

# VORSTUFE SPORHELPER\*IN I AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

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

Du bist zwischen 13 und 17 Jahre alt, bringst Ideen und neue Trends in Spiel-, Sport- und Freizeitangebote ein und gestaltest diese aktiv. Unter Aufsicht und mit fachlicher Begleitung der Übungsleitung führst du selbstständig Stundenanteile oder Projekte und Freizeitaktivitäten mit Kindern oder Gleichaltrigen durch.

**11000**

TERMIN: 09./10.01. & 23./24.01.2021 (30 LE)  
ORT: Bad Laasphe  
GEBÜHR: 80€ (160€)

**11001**

TERMIN: 27./28.02. & 06./07.03.2021 (30 LE)  
ORT: Kreuztal  
GEBÜHR: 80€ (160€)

**11002**

TERMIN: 12./13./14.03. & 16.04.2021 (30 LE)  
ORT: Kirchhundem  
GEBÜHR: 80€ (160€)

Inhalte:

- Spiele, spielerische Übungsformen, Sportarten und Trends in Theorie und Praxis
- Freizeit- und außersportliche Aktivitäten im Sportverein
- Motive zur Mitarbeit im Sportverein und als Sporthelfer\*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 eines/einer Sporthelfer\*in im Sport



# VORSTUFE SPORHELPER\*IN II AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

11020

TERMIN: 19.-23.07.2021 (30 LE) mit Übernachtung

ORT: Feldberg

GEBÜHR: 280€ (inkl. Fahrt, Übernachtung & Verpflegung)

## Inhalte:

- attraktive Spiele und Trendsportarten für Kinder
- Projekte & Freizeitangebote im Sportverein
- persönliches Sport- und Gesundheitsverständnis entwickeln
- Planung, Durchführung und Auswertung von kleinen sportlichen und außersportlichen Aktivitäten
- Mitbestimmung von Kinder- und Jugendrechten im Sport
- Weitere Qualifizierungsmöglichkeiten im organisierten Sport



## Hinweise:

- Der Nachweis Sporthelfer\*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.
- SH I und SH II - Lehrgänge können aufgrund der inhaltlichen Gliederung nur aufbauend besucht werden.
- Nach erfolgreicher Teilnahme der SH I und SH II-Ausbildung erhalten die Teilnehmenden den Sporthelfer\*innen-Ausweis. Dieser wird anerkannt als Basismodul für die ÜL\*in-C- /Trainer\*in-C- /JL\*in-Ausbildung, vorausgesetzt, er ist nicht älter als zwei Jahre.
- Die Teilnahme an einer SH-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.

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C, TRAINER\*IN-C BASISMODUL

Die Übungsleiter\*in-C-Ausbildung gliedert sich in ein Basismodul (30 LE) und ein Aufbaumodul (90 LE). 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 Teilnehmer\*innen, also auf deren Selbstverständnis zurückgegriffen. Reflexionsphasen helfen, die Inhalte auf das Vereinsleben und auf sich selbst als zukünftige Leitungsperson zu beziehen.

**20000**

TERMIN: 16./17.01. & 30./31.01.2021 (30 LE)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 75€ (150€)

**20001**

TERMIN: 16./17.01. & 30./31.01.2021 (30 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 75€ (150€)

**20002**

TERMIN: 09./10./11.07.2021 (kompakt) (30 LE)  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 75€ (150€)

**20003**

TERMIN: 28./29.08. & 11./12.09.2021 (30 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 75€ (150€)

Inhalte Basis- und Aufbaumodul:

- Anforderungen an Leitungen von Gruppen im Sport
- Der Umgang mit Menschen und das Auftreten vor Gruppen
- Einführung in die Trainingslehre unter Hervorhebung der Hauptbeanspruchungsformen
- Systematischer Aufbau von Sportstunden nach dem Vier-Phasen-Modell
- Ziele und Aufgaben des organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports
- Entwicklungsverlauf von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren im Kontext ihrer Lebens- und Bewegungswelt
- Grundkenntnisse über den Verlauf von idealtypischen Gruppenbildungsprozessen
- Didaktische und methodische Kenntnisse der Planung sportlicher und außersportlicher Angebote
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C, TRAINER\*IN-C AUFBAUMODUL

Übungsleiter\*in-C- Aufbaumodul Breitensport sportartübergreifend  
Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die 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. Ansatzpunkt dieser Ausbildung ist der eigene Erfahrungsschatz. Hierzu werden die Sichtweisen, Einstellungen und Haltungen der Teilnehmenden herangezogen. Zudem wird das Leiten von Gruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

**21150**

TERMIN: 06./07.02.; 20./21.02.; 27./28.02.;  
20./21.03. & 17./18.04.2021 (90 LE)  
(Blended learning\*)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 210€ (420€)

**21151**

TERMIN: 20./21.02.; 06./07.03.; 20./21.03.;  
17./18.04.& 24./25.04.2021 (90 LE)  
(Blended learning\*)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 210€ (420€)

**21152**

TERMIN: 25./26.09.; 30./31.10.; 13./14.11.;  
27./28.11. & 04./05.12.2021 (90 LE)  
(Blended learning\*)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 210€ (420€)

**21153**

TERMIN: 09./10./11./12.10.; 06./07.11. &  
20./21.11.2021 (90 LE) (Blended learning\*)  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 210€ (420€)

\* Blended learning bedeutet, dass es neben den Präsenzphasen auch online-gestützte Lernphasen gibt.

Hinweise:

- Das Übungsleiter\*in C, Trainer\*in C, Jugendleiter\*in Basismodul (30 LE) ist notwendige Voraussetzung für alle Ausbildungen auf der 1. 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. Erst nach Absolvierung beider Teile und dem Erste-Hilfe-Nachweis wird die Übungsleiter\*in-C-Lizenz erteilt.
- Die ÜL\*in C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung im Umfang von 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert.

## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN - B REHABILITATION BASISMODUL

Der Einstieg in die Rehabilitationsausbildungen

Die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe Sport in der Rehabilitation beginnt mit dem Basismodul Rehabilitation Erwachsene. Dieses 15 Lerneinheiten umfassende Basismodul ist standardisierter Bestandteil der Gesamtausbildung und muss zwingend vor einem Aufbau- modul absolviert werden.

Es beinhaltet die in allen Ausbildungsgängen Rehabilitation identischen Themen unter Berücksichtigung der profilspezifischen Besonderheiten.

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

**36000**

TITEL: REHABILITATION ERWACHSENE  
BASISMODUL

TERMIN: 21./22.11.2020 (15 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 80€ (160€)

**36001**

TITEL: REHABILITATION ERWACHSENE  
BASISMODUL

TERMIN: Sommer 2021 (15 LE)

([www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de))

ORT: Siegen

GEBÜHR: 80€ (160€)

Einstiegsvoraussetzungen:

- Übungsleiter\*in-C (ÜL)
- Gymnastiklehrer\*in
- (Diplom-) Sportlehrer\*in
- Physiotherapeut\*in



## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN - B REHABILITATION AUFBAUMODUL ORTHOPÄDIE

Aufbaumodul Orthopädie (90 Lerneinheiten)

In dem Angebotsbereich „Orthopädie“ werden die Möglichkeiten des Sports und seine Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung sowie zur Krankheitsverarbeitung bei orthopädischen Erkrankungen genutzt. Sie verhelfen den von einer orthopädischen Erkrankung betroffenen Menschen zu neuem Selbstvertrauen und zu neuer Lebensfreude.

**36010**

TITEL: REHABILITATION AUFBAUMODUL  
ORTHOPÄDIE

TERMINE: 23./24.01., 06./07.02., 20./21.02. &  
05./06./07.03.2021 (90 LE)

ORT: Olpe

GEBÜHR: 490€ (940€)

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

Die Ausbildung qualifiziert für die Leistungserbringung Rehabilitationssport in den Indikationen:

- Wirbelsäulenerkrankungen
- Osteoporose
- Gelenkschaden, Gelenkersatz
- Morbus Bechterew
- Krebsnachsorge
- Gliedmaßen/Amputationen



## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN - B REHABILITATION AUFBAUMODUL INNERE MEDIZIN

Aufbaumodul „Innere Medizin“ (105 Lerneinheiten)

In dem Angebotsbereich „Innere Medizin“ werden die Möglichkeiten des Sports und seine Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung sowie zur Krankheitsverarbeitung bei inneren Erkrankungen genutzt. Bewegung und Sport leisten einen Beitrag zur physischen, psychischen und sozialen Rehabilitation.

36020

TITEL: REHABILITATION AUFBAUMODUL  
INNERE MEDIZIN

TERMINE: 2. Halbjahr 2021 (105 LE)  
([www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de))

ORT: Siegen

GEBÜHR: 630€ (1.180€)

Die Ausbildung qualifiziert für die Leistungserbringung Rehabilitationssport in den Indikationen:

- Asthma/Allergie,
- Diabetes mellitus,
- Herz-Kreislaufkrankungen,
- Nierenerkrankungen und
- Periphere arterielle Verschlusskrankheiten



Hinweise zum Basismodul & den Aufbaumodulen:

- Die Ausbildungen müssen innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein.
- Die Lizenz „Rehabilitation Innere Medizin“ hat eine Gültigkeit von 2 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung „Sport in der Rehabilitation“ im Umfang von 15 LE um jeweils 2 Jahre verlängert.
- Die Lizenz „Rehabilitation Orthopädie“ 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.

## 2. LIZENZSTUFE ÜL\*IN - B BEWEGUNGSFÖRDERUNG ZERTIFIKATSAUSBILDUNG

Bewegungsgelegenheiten und -anlässe für Kinder zu schaffen ist eine der großen Herausforderungen im Alltag in Kita und Sportverein. 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.

30000

TITEL: ZERTIFIKAT BEWEGUNGSFÖRDERUNG  
IN SPORTVEREIN & KITA  
TERMIN: 05./06./07.11. &  
19./20./21./22.11.2021 (60 LE)  
ORT: Netphen  
GEBÜHR: 230€ (460€)

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



# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23710

TITEL: FIT FÜR DIE VIELFALT  
TERMIN: 30.01.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Die Fortbildung ist eine kompakte und gleichzeitig eine intensive Trainingseinheit in Theorie und Praxis. Sie führt nicht an das Thema heran, sondern in es hinein. Denn das Interesse an Verschiedenheit, an ihrer Wahrnehmung und Wirkung, weckt das Seminar selbst. Es verknüpft theoretische Hintergründe mit praktischen Übungen und ermöglicht die oft überraschende Reflexion des eigenen Verhaltens zu machen. Übungsleiter\*innen, Trainer\*innen und FSJ-ler\*innen profitieren von den Seminaren ebenso wie die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen von Vereinen oder Sozialarbeiter\*in mit Sportbezug.

**TIPP:** Kombination mit Kurs 22700

22700

TITEL: BEWEGUNG & SPRACHE  
TERMIN: 31.01.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Immer mehr Menschen aus unterschiedlichen Ländern suchen eine neue Heimat in Deutschland. Der Sportverein bietet hier einen Ort des Zusammenkommens und der Integration. Wesentlich für ein gutes Miteinander ist die Fähigkeit sich zu verständigen. Dabei spielt Sprache eine maßgebliche Rolle. Sprachlernen braucht Bewegung – das ist wissenschaftlich bekannt und gilt nicht nur für das Erlernen der eigenen Muttersprache, sondern auch jeder neuen Sprache. Wie kann Sport genutzt werden, um vor allem neu zugewanderte Menschen beim Spracherwerb zu unterstützen? Welche Rolle können Übungsleiter\*innen übernehmen und wie können sie sinnvoll unterstützt werden? Wie können Erzieher\*innen und Lehrer\*innen Sprache und Bewegung in ihrem Alltag kombinieren?

**TIPP:** Kombination mit Kurs 23710

22701

TITEL: HIIT - IN THEORIE & PRAXIS  
TERMIN: 06.02.2021 (8 LE)  
ORT: Freudenberg  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer\*innen neue Impulse für ihre Stunde, ohne dass sie viel Vorbereitung investieren müssen. Bekannte Übungen werden effizient in Intervalle verpackt und der Gruppe angepasst. Durch verschiedene Abwandlungen der Übung kann jedes Fitnesslevel integriert werden und der/die Übungsleiter\*in wird allen Teilnehmer\*innen gerecht.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22702

TITEL: SPORT & ERNÄHRUNG  
2 STARKE PARTNER  
TERMIN: 20.02.2021 (8 LE)  
ORT: Freudenberg  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Diese Fortbildung verbindet Fachwissen im Bereich Ernährung mit effizienten Bewegungsangeboten. Was pusht meinen Energiestoffwechsel? Was benötigen meine Muskeln? Wie kann ich effektiv trainieren und wie setze ich dies in meiner Gruppe um?

**TIPP:** Kombination mit Kurs 22703



22703

TITEL: FASZIEN - IN THEORIE & PRAXIS  
TERMIN: 21.02.2021 (8 LE)  
ORT: Freudenberg  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Modewort Faszien, doch was ist das eigentlich genau? Muss ich mich auf einer Hartschaumrolle quälen? NEIN! In dieser Fortbildung tauchen wir in die Welt der Faszien ein, gehen diesen Fragen auf den Grund und werden in Praxiseinheiten erleben, wie wir Faszien trainieren können, welche Hilfsmittel es gibt und wie wir diese richtig anwenden.

**TIPP:** Kombination mit Kurs 22702

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23500

TITEL: PRÄSENZMODUL SPORTABZEICHEN  
TERMIN: 06.03.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Das Deutsche Sportabzeichen basiert auf einem sportwissenschaftlich abgesicherten Leistungskatalog in den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren und Turnen, die sich in vier Disziplingruppen entsprechend der vier motorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination wiederfinden. Von ganz entscheidender Bedeutung für den Erwerb des DSA ist die systematische Vorbereitung und die qualifizierte Betreuung der Interessierten. Um den Erwartungen und Bedürfnissen aller gerecht werden zu können, ist es erforderlich, die DSA Prüferinnen und Prüfer entsprechend zu schulen.

## HINWEIS:

Diese Fortbildung gliedert sich in zwei aufeinanderfolgende Teile, deren Reihenfolge einzuhalten ist: Die interessierte Person beginnt mit dem Online-Modul (7 LE) zum Selbststudium, welches die intensive Auseinandersetzung mit dem aktuellen Prüfungswegweiser des DOSB sicherstellt.

Über den Link [www.sportbildung-online.de/login](http://www.sportbildung-online.de/login) kann das Selbststudium begonnen werden. Mit einer im Anschluss ausgestellten Bescheinigung kann die Anmeldung zum Präsenzmodul (8 LE) erfolgen.

23150

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 06./07.03.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

**INFO:** In diesem Lehrgang lernen Sie die typischen Verletzungen im Sportbereich kennen. Sie besprechen die Maßnahmen, um Verletzungen zu vermeiden und lernen, wie Sie erlittene Verletzungen fachmännisch versorgen können.

23170

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 13.03.2021 (9 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 40€ (80€)

**INFO:** Aktuell bietet das Sportbildungswerk in Kooperation mit der DLRG und dem DRK standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an. Diese Fortbildung kann zur Lizenzverlängerung der ÜL\*in-C-Lizenz des Landessportbundes NRW angerechnet werden.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22704

TITEL: BÜROFITNESS - KLEINE WORKOUTS  
AM ARBEITSPLATZ  
TERMIN: 27.03.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Betriebliche Gesundheitsförderung hat in den vergangenen Jahren einen extremen Boom erfahren. Aber oft sind die Angebote zu hoch gegriffen für die Zielgruppe „Büroangestellter“. In dieser Fortbildung sollen Grundzüge von Bürogymnastik ohne großes Schwitzen vermittelt werden. Es werden Ideen für Bewegungspausen, Spannungsmomente und kleine Übungen für den Frischekick zwischendurch vorgestellt und entwickelt.



38540

TITEL: SCHWEIGEN SCHÜTZT DIE FALSCHEN  
TERMIN: 10.04.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 0,00€\*

**INFO:** Es ist unser Schutzauftrag als Verbände, Bünde und Vereine sowie als Übungsleiter\*in oder Trainer\*in, eine gewaltfreie Atmosphäre im Verein zu schaffen, die Mitglieder und Mitarbeiter\*innen über das Thema „sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen im Sport“ aufzuklären und zu sensibilisieren. Zum Schutzauftrag der Sportvereine und Sportverbände für die besonders zu schützende Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen gehört es ebenso Maßnahmen zur Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport zu erarbeiten, diese zu kennen und innerhalb der eigenen Vereinsstrukturen zu verankern.

\* Fortbildung wird finanziell gefördert.

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23760

TITEL: "ERNST MACHT DOCH NUR SPASS!" –  
HALTUNG ZEIGEN, ABER WIE?  
TERMIN: 17.04.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Richtig argumentieren und Haltungssicherheit erlangen bei menschenverachtenden Aussagen und Verhaltensweisen im Sport. „Heute geht's wieder gegen die Knoblauchfresser, da müssen wir uns warm anziehen!“ Solche oder ähnliche Sprüche fallen schon mal in der Umkleidekabine vor dem nächsten Spiel gegen die mehrheitlich migrantisch geprägte Mannschaft. Ist das nur Spaß? Oder steckt doch mehr dahinter? Ist das Ausgrenzung? Ab wann ist es überhaupt Diskriminierung? Wenn ja, wie darauf reagieren? Was dazu sagen? Schweigen? Ignorieren? Widersprechen? Rassistische, islamfeindliche, antisemitische, homophobe, sexistische oder andere menschenverachtende und ausgrenzende Einstellungen begegnen uns alltäglich – auch im Bereich des Sports. Sie machen meistens erstmal sprachlos – und ratlos. (Rechts-) Populistische Äußerungen bringen eine Diskussion häufig zum Erliegen. Oft fehlen Handlungsrepertoire und Fachwissen, um kritische Situationen einzuschätzen, entsprechend handeln zu können, zu argumentieren und vor allem - Haltung zu zeigen.

22706

TITEL: BEWEGUNGSKÜNSTLER GELENKE - 1  
TERMIN: 24.04.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

22707

TITEL: BEWEGUNGSKÜNSTLER GELENKE - 2  
TERMIN: 25.04.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Seine vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten verdankt der menschliche Körper seinen Gelenken. Um bis ins hohe Alter davon zu profitieren, ist es wichtig, die Gelenke und die sie bewegende Muskulatur entsprechend zu bewegen und zu trainieren. Dazu gehören vor allem: Bewegungswahrnehmung, funktionelles Üben und angemessene Alltagsbewegungen.

**Schwerpunkt Tag 1.:** Wirbelsäule / Schultergelenk / Hüftgelenk

**Schwerpunkt Tag 2.:** Kniegelenk / Fußgelenk

**TIPP:** Kombination der Kurse **22706 & 22707**

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22705

TITEL: PSYCHOREGULATIVE VERFAHREN  
FÜR & MIT ERWACHSENEN  
TERMIN: 24.04.2021 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Allein durch Vorstellungskraft ist es möglich, körperliche und kognitive Veränderungen herbeizuführen. Allein die Vorstellung ganz herzlich in eine saftige Zitrone zu beißen reicht oft schon allein aus, um das Gesicht zu verziehen oder, um vermehrt Speichel zu bilden. Dieses Prinzip der psychoregulativen Verfahren kann man sich zu Nutze machen, um auf das vegetative Nervensystem einzuwirken, um Verhaltensweisen zu ändern oder auch um einen Zustand tiefer Entspannung zu erreichen. In dieser Fortbildung wird ein theoretischer Input gegeben und praktisches Üben gibt zusätzlich einen Einblick in die Möglichkeiten der psychoregulativen Verfahren.

**TIPP:** Kombination mit Kurs **22100**



22100

TITEL: ENTSPANNUNGSVERFAHREN  
FÜR & MIT KINDERN  
TERMIN: 25.04.2021 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Nicht nur Erwachsene leiden unter Stress. Oftmals sind auch schon Kinder betroffen, denn auch Kinder brauchen regelmäßig Momente der Ruhe. Entspannungsmethoden können helfen, Stress abzubauen. Früh eingesetzt können Entspannungsmethoden zudem dabei helfen, von Anfang an sensibel für sich und das eigene Stressempfinden zu sein sowie Routinen und Techniken zu entwickeln, damit der Stress nicht die Überhand gewinnt. Diese Fortbildung gibt einen theoretischen und praktischen Überblick, wie Entspannungseinheiten altersgerecht durchgeführt werden können.

**TIPP:** Kombination mit Kurs **22705**

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23171

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 08.05.2021 (9 LE)  
ORT: Bad Berleburg  
GEBÜHR: 40€ (80€)

**INFO:** Siehe Kurs **23170** auf Seite 18

22708

TITEL: SUMMER SPECIAL FITNESS  
TERMIN: 29.05.2021 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 45€\*

**INFO:** Probier mal was Neues!

Ein Tag vollen Action, schweißtreibender Workouts und spannender Trends & Themen. Das Programm erscheint Anfang 2021.

\* inkl. Mittagessen & Getränk.



22500

TITEL: MENTALCOACHING  
TERMIN: 19./20.06.2021 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 60€ (120€)

**INFO:** Praxisorientiertes Führen und (Mental)- Coachen von Sportgruppen und -Teams. Wie gelingt es in einem Team ein positives und handlungsorientiertes Sozialklima zu erzeugen, unter besonderer Berücksichtigung der mentalen Aspekte?

- Grundlagen, Einsatzbereiche und Nutzen des Mentaltrainings
- Übungen im Bereich Mentaltraining
- Formulierung von Teamzielen & Gestaltung von Besprechungen
- Grundlagen der Kommunikation & des Teamcoaching
- Lösungsstrategien in Konfliktsituationen
- Übungen zur Stärkung des Teamgefühls
- Umgang mit „schwierigen“ Teammitgliedern

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22501

TITEL: AUSDAUERFÖRDERUNG -  
NORDIC WALKING  
TERMIN: 26./27.06.2021 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 60€ (120€)

**INFO:** Die Nordic Walking Grundtechniken werden in Theorie und Praxis vermittelt. Verschiedene Technischschulungen (NW-Techniken, 7-steps Methoden), Sensomotorik, Dehn- und Kräftigungsprogramm, Walking mit XCO-Hanteln, Atemwalking/ Nordic Walking-Breathwalk, Aufwärmprogramm mit und ohne Stock, Zielgruppenorientierte Trainingsgestaltung für - Ältere, Kinder, Übergewichtige, Sportler\*innen mit Gelenkproblemen.

22709

TITEL: SELBSTSICHERHEITSTRAINING  
TERMIN: 21.08.2021 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Jede\*r kann sich verteidigen. Selbstbehauptung und Selbstverteidigung ist zu 90% eine Sache der Einstellung und Entschlossenheit. Selbstsicheres Verhalten heißt, zu wissen was dich als Kursleiter\*in ausmacht. Es bedeutet, deine eigenen Interessen und Bedürfnisse aber auch die eigenen Grenzen gegenüber anderen Menschen zu kennen und diese auch sozial angemessen durchzusetzen. In dieser Fortbildungen werden die Themen Gewaltprävention und Selbstverteidigung in Theorie & Praxis vermittelt. Stärke dein Selbstbewusstsein, schule deine Körpersprache und lerne Konflikte angemessen zu lösen.

**TIPP:** Kombination mit Kurs 22710

22710

TITEL: SCHLAF(LOS)? - METHODEN ZUM  
EIN- & DURCHSCHLAFEN  
TERMIN: 22.08.2021 (8 LE)  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Während wir schlafen regeneriert unser Körper, Stress wird verarbeitet und die Energie-Akkus werden aufgeladen. Ferner wirkt sich Schlaf wohltuend auf den Stoffwechsel aus. Guter Schlaf ist die Grundlage für einen Tag voller Energie, Schlafstörungen sind dagegen auf Dauer schädlich. Doch was verursacht Schlafstörungen und was kann ganz konkret dagegen unternommen werden? In dieser Fortbildung werden Inhalte über Schlafhygiene, Verhaltensweisen und Rahmenbedingungen für einen guten Schlaf vermittelt. Zudem werden Techniken, die beim Ein- und Durchschlafen helfen, erlernt.

**TIPP:** Kombination mit Kurs 22709

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

**23501**

TITEL: PRÄSENZMODUL SPORTABZEICHEN  
TERMIN: 28.08.2021 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Siehe Kurs **23500** auf Seite **18**

**23172**

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 05.09.2021 (9 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 40€ (80€)

**INFO:** Siehe Kurs **23170** auf Seite **18**

**38520**

TITEL: QUALITÄTSBÜNDNIS  
ZUM SCHUTZ VOR SEXUALISIERTER  
GEWALT IM SPORT  
TERMIN: 25./26.09.2021 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 0,00€\*

**INFO:** Die Fortbildung richtet sich an Personen, die Ansprechpartner\*innen für das Thema der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport in ihrem Bund/Fachverband oder Verein sind. Die Fortbildung setzt sich zusammen aus „Grundlagen der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport“, „Aufgabenfeld und Rollenverständnis der Ansprechperson“ und dem Thema „Krisenintervention“.

\* Fortbildung wird finanziell gefördert.

**22711**

TITEL: DEESKALATION & SELBST-  
BEHAUPTUNG IM SPORTVEREIN  
TERMIN: 06.11.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Bewusstes und sicheres Auftreten, Situationen einschätzen, präventiv handeln und sich eventuell auch daraus befreien können, sind die Schwerpunktthemen dieser Fortbildung. Neben der Selbstverteidigung werden Befreiungs- und Deeskalationstechniken geschult. Das Erkennen von Situationen und die Reaktionsfähigkeit bilden weitere Schwerpunkte. Für den Kurs bitte eine reißfeste Jacke oder Weste, eine Packung Papiertaschentücher und ein kleines Handtuch mitbringen.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22712

TITEL: RÜCKEN-/CORE-TRAINING  
TERMIN: 13.11.2021 (8 LE)  
ORT: Wenden  
GEBÜHR: 35€ (70€)

**INFO:** Über 80 % der Erwachsenen haben „Rücken“ im Laufe eines Jahres. Ursachen sind häufig Fehlhaltungen, einseitige Belastung und zu schwache Rücken- und Core-Muskulatur. In dieser Fortbildung sollen Aufbau und Zusammenhänge der Rücken- und Core-muskulatur vermittelt werden. Dabei erfahren die Teilnehmer\*innen, wie diese Muskulatur mit und ohne Hilfsmitteln trainiert werden kann, um so Rückenbeschwerden vorzubeugen oder zu lindern.



23151

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 13./14.11.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

**INFO:** Siehe Kurs **23150** auf Seite 18

23152

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 04./05.12.2021 (15 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

**INFO:** Siehe Kurs **23150** auf Seite 18

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-B PRÄVENTION FORTBILDUNGEN

35250

TITEL: PRÄVENTION -  
FITNESS FÜR ÄLTERE  
TERMIN: 27.11.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 45€ (90€)

**INFO:** Viele gesundheitsfördernde Angebote in Sportvereinen orientieren sich an den Kriterien, die für Präventionsangebote gelten, ihre Gestaltung lässt ein breites Spektrum sportpraktischer Inhalte zu. Vielfältige Praxisinhalte für alle Stundenphasen werden präventionspezifisch aufgearbeitet.

**TIPP:** Kombination mit Kurs **35251**

35251

TITEL: PRÄVENTION -  
VIELFÄLTIG PRÄSENTIERT  
TERMIN: 28.11.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 45€ (90€)

**INFO:** Eines der Hauptmotive älterer Menschen für Sport und Bewegung ist die Förderung der Gesundheit – und damit kommt die Fitness ins Spiel. Für diese Zielgruppe bedeutet das, dass vor allem die Teilbereiche trainiert werden, die den Erhalt von Aktivität und Mobilität darstellen.

**TIPP:** Kombination mit Kurs **35250**



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2x 8 LE MÖGLICH.

## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-B REHABILITATION FORTBILDUNGEN

36660

TITEL: ATTRAKTIVES KOORDINATIONS- & GEHIRNTRAINING  
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie  
TERMIN: 19./20.07.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 80€ (160€)

**INFO:** Mit zunehmendem Alter lassen Merkfähigkeit und andere Gedächtnisleistungen nach. Eingriffe mit Narkosen sowie die Einnahme von bestimmten Medikamenten haben diesbezüglich teilweise erhebliche Auswirkungen. Teilnehmer\*innen im Rehasport klagen über Konzentrationsstörungen und nachlässiger Koordinationsfähigkeit – auch das Sturzrisiko steigt. Trotz der Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses und der nachlassenden Konzentrationsfähigkeit können die kognitiven Fähigkeiten auch mit den Mitteln des Sports auf einem hohen Leistungsstand gehalten werden. Gleiches gilt für die koordinativen Fähigkeiten.

36661

TITEL: FUNKTIONELLE BEWEGUNG MIT FOKUS HWS & SCHULTER  
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie  
TERMIN: 30./31.10.2021 (15 LE)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 80€ (160€)

**INFO:** Der Einstieg erfolgt über Bewegungsangebote, die sich sowohl auf die Haltungsverbesserung des Rumpfes als auch auf die Stabilität der unteren Extremität beziehen. Das Hauptaugenmerk liegt aber speziell im Bereich der Problematiken der HWS- und Schulterregion. Inhalte: Anatomie der HWS und des Schultergelenkes, sowie Funktionen und Krankheitsbilder der Schulter, funktionelle ÜF sowohl im Sitz, Stand und in der Fortbewegung mit unterschiedlichen Übungsgeräten.

36662

TITEL: ATTRAKTIVE EINSTIMMUNGS- & AUSKLANGPHASEN  
PROFIL: Orthopädie, Innere Medizin & Neurologie  
TERMIN: 11./12.12.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 80€ (160€)

**INFO:** Die körperliche, kognitive und psychosoziale Einstimmung und Ausklang ist eine unerlässliche Voraussetzung für eine Sportstunde im Reha Bereich und gehört in eine jede Rehabilitationsstunde. Vielfältige Möglichkeiten und Impulse zur Erweiterung der Gestaltung von attraktiven Einstimmungs- und Ausklangphasen.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

## 2. LIZENZSTUFE ÜL\*IN-B BEWEGUNGSFÖRDERUNG FORTBILDUNGEN

31000

TITEL: FACHTAGUNG „SPORT4KIDS“  
TERMIN: 11./12.09.2021 (15 LE) mit Übernachtung\*  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 90€ (180€)\*\*

**INFO:** Bewegung öffnet Kindern das Tor zur Welt. Sie erfahren ihre Umwelt, nehmen sich selbst wahr und interagieren und kommunizieren durch Bewegung. So werden Kinder zu Persönlichkeiten – und wir können sie dabei unterstützen!

Die Bewegungsförderung leistet für Kinder einen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung sowie zur Gesundheitsförderung und bietet zahlreiche Bildungsmöglichkeiten. Ob beim Klettern und Krabbeln, beim Tanzen und Singen oder in kindgerechten Entspannungsübungen: Die Entwicklung des Kindes wird durch Bewegung gefördert.

Für Erzieher\*innen, Übungsleiter\*innen, sowie alle Interessierten bieten die beiden Fortbildungstage zahlreiche Workshops, die nach individuellem Bedarf ausgewählt werden können. Am ersten Tag wird außerdem ein abwechslungsreiches Abendprogramm angeboten, bei dem auch der eigene Bewegungsdrang und der kollegiale Austausch nicht zu kurz kommen.

### HINWEISE:

\* Übernachtungskosten in der Gebühr enthalten.

\*\* Fortbildung wird finanziell gefördert.



FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

## 2. LIZENZSTUFE ÜL\*IN-B BEWEGUNGSFÖRDERUNG FORTBILDUNGEN

31100

TITEL: LINE DANCE  
FÜR KINDER & JUGENDLICHE  
TERMIN: 17.04.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 45€ (90€)

**INFO:** Line Dance ist eine Tanzform, bei der die einzelnen Tänzer\*innen in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert. In dieser Fortbildung werden verschiedene Schrittkombinationen und Choreographien ausprobiert und verschiedene Line Dance Stile und Umsetzungsmöglichkeiten vorgestellt.



31101

TITEL: EIN BUNTER MIX DER  
BEWEGUNGSERZIEHUNG  
TERMIN: 28.11.2021 (8 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 45€ (90€)

**INFO:** Diese Fortbildung bietet einen bunten Mix aus verschiedenen Themenbereichen der Bewegungsförderung und ist an alle gerichtet, die Angebote für Kinder in der Kita, im Verein oder in der Grundschule anbieten. Neben dem praktischen Erleben werden auch die theoretischen Hintergründe beleuchtet: Bewegungsstationen für (senso-)motorisches und soziales Lernen, Spiel- und Bewegungsimpulse mit Kleingeräten und Alltagsmaterialien.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

# VEREINSMANAGEMENT ZERTIFIKAT GESCHÄFTSFÜHRER\*IN

Der\*Die Geschäftsführer\*in arbeitet zwar meistens im Hintergrund - erledigt aber wichtige Arbeiten. Um Organisation und Verwaltung gut zu gestalten, muss geklärt werden, was zu tun ist, wer es tut, wie es getan wird, welche Entscheider\*innen beteiligt werden und wie Ablauf und Ergebnisse kontrolliert werden. Nur so kann ein gutes und möglichst fehlerfreies Management der Organisation und Verwaltung und ggf. der Betrieb einer Geschäftsstelle sichergestellt werden.

46142

TITEL: GESCHÄFTSFÜHRER\*IN  
BASISMODUL  
TERMIN: 06.02.2021 (15 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 60€ (120€)



Inhalte:

- Wie sieht die optimale Aufbauorganisation für den Verein aus?
- Welche Rolle spielt der\*die Geschäftsführer\*in?
- Welche Aufgaben hat ein\*e Geschäftsführer\*in?
- Verwalte oder gestalte ich den Verein?
- Welchen Service biete ich meinen Mitgliedern?
- Wie laufen Prozesse ab und wie stelle ich sie dar?
- Wie sieht eine optimale Ablauforganisation aus?
- Welche Anforderungen ergeben sich an die Mitgliederverwaltung?
- Wie führe ich eine Bestandserhebung durch?
- Welche Auswirkungen hat der Datenschutz auf meine Arbeit?

46442

TITEL: GESCHÄFTSFÜHRER\*IN  
AUFBAUMODUL  
TERMIN: 20.03.2021 (15 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

Inhalte:

- Wie optimiere ich Prozesse in meinem Verein?
- Welche finanziellen Förderungen gibt es?
- Wie werden Zuschüsse beantragt?
- Wie sieht eine optimale Mitarbeiter\*innenverwaltung aus?
- Welche Aspekte der Arbeitssicherheit sind zu berücksichtigen?
- Welche Modelle einer Geschäftsstelle gibt es?
- Unter welchen Voraussetzungen lohnt sich die Einrichtung einer Geschäftsstelle?
- Welche Online-Tools vereinfachen die Vereinsverwaltung?

Die Zertifikatsausbildung „Geschäftsführer\*in“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul ist zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaumodul. Das Aufbaumodul wird im Blended-Learning-Format durchgeführt. Zu Beginn gibt es eine online-gestützte Lernphase mit 7 Lerneinheiten. Die Online-Lernphase startet mindestens zwei Wochen vor der Präsenzveranstaltung. Das Modul endet mit einer Präsenzveranstaltung mit einem Umfang von 8 LE. Ein Zugang zu einem PC und Internet sind für die Teilnahme an dieser Qualifizierungsmaßnahme erforderlich.

# VEREINSMANAGEMENT ZERTIFIKAT REFERENT\*IN FÜR RECHT & VERSICHERUNG

Sicheres Handeln nach dem Vereinsrecht, Satzungsregelungen verstehen und den Versicherungsschutz des Vereins, der Mitglieder\*innen und ehrenamtlich Tätigen kennen. Aber auch Datenschutz und Bildrechte beachten und Sicherheit im Umgang mit dem Internet gehören zu den Aufgaben des\*der Referent\*in.

46130

TITEL: REFERENT\*IN FÜR  
RECHT & VERSICHERUNG  
BASISMODUL

TERMIN: 24.04.2021 (15 LE)

ORT: Siegen

GEBÜHR: 60€ (120€)



Inhalte:

- Was bedeutet Vereinsrecht?
- Welche Vorgaben macht das Bürgerliche Gesetzbuch?
- Welche Organe gibt es im Verein?
- Was ist bei der Vereinssatzung zu beachten?
- Welche Rolle spielen Ordnungen im Verein?
- Wie ist eine Jugendordnung in die Vereinssatzung einzubinden?
- Wofür haftet wer im Verein?
- Wie sind der Vorstand, Trainer\*in, Übungsleiter\*in und Helfer\*in versichert?
- Wer profitiert von den Leistungen der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft?

46430

TITEL: REFERENT\*IN FÜR  
RECHT & VERSICHERUNG  
AUFBAUMODUL

TERMIN: 12.06.2021 (15 LE)

ORT: Siegen

GEBÜHR: 60€ (120€)

Inhalte:

- Was ist nach der EU-Datenschutzgrundverordnung im Verein erforderlich?
- Welche Bilder darf ich wo veröffentlichen?
- Wie nutze ich das Internet rechtssicher?
- Welche Zusatzversicherungen sind sinnvoll für meinen Verein?
- Welche rechtlichen Aspekte sind bei der Einladung und Durchführung der Mitgliederversammlung zu beachten?

Die Zertifikatsausbildung „Referent\*in für Recht und Versicherungen“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul ist zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaumodul. Das Basis- und Aufbaumodul werden im Blended-Learning-Format durchgeführt. Zu Beginn gibt es eine online-gestützte Lernphase mit 7 Lerneinheiten. Die Online-Lernphase startet mindestens zwei Wochen vor der Präsenzveranstaltung. Das Modul endet mit einer Präsenzveranstaltung mit einem Umfang von 8 LE. Ein Zugang zu einem PC und Internet sind für die Teilnahme an dieser Qualifizierungsmaßnahme erforderlich.

# VEREINSMANAGEMENT ZERTIFIKAT SCHATZMEISTER\*IN

Das richtige Finanzmanagement und Steuern eines gemeinwohlorientierten Vereins ist notwendige Voraussetzung für gute Vereinsarbeit - und Aufgabe des\*der Schatzmeisters\*in. Der\*Die Schatzmeister\*in im Verein nimmt eine Schlüsselfunktion im Vorstand wahr. Er\*Sie ist verantwortlich für eine ausgewogene Haushaltslage und muss verantwortungsvoll mit den Geldern des Vereins umgehen. Kenntnisse im Gemeinnützigkeits- und Steuerrecht spielen hierbei eine wichtige Rolle.

46124

TITEL: SCHATZMEISTER\*IN  
BASISMODUL  
TERMIN: 28.08.2021 (15 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 60€ (120€)



Inhalte:

- Wie sieht ein professionelles Finanzmanagement aus?
- Was sind steuerliche Tätigkeitsbereiche und wie werden die Geschäftsvorfälle zugeordnet?
- Welche Fallen führen zum Verlust der Gemeinnützigkeit?
- Was sind Spenden und wie werden Zuwendungsbestätigungen ausgestellt?
- Wie können Mitarbeiter\*innen im Verein bezahlt werden?

46424

TITEL: SCHATZMEISTER\*IN  
AUFBAUMODUL  
TERMIN: 02.10.2021 (15 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

Inhalte:

- Was ist eine Kostenrechnung?
- Wie wird ein verursachungsgerechtes Beitragssystem aufgebaut?
- Wie muss die Vereinsbuchführung aufgebaut sein?
- Was ist für die Steuererklärung vorzubereiten?
- Wie wird eine Haushaltsplanung erstellt?
- Was ist bei der Erstellung von Mitarbeiter\*innenverträgen zu beachten?

Die Zertifikatsausbildung „Schatzmeister\*in“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul ist zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaumodul. Das Basis- und Aufbaumodul werden im Blended-Learning-Format durchgeführt. Zu Beginn gibt es eine online-gestützte Lernphase mit 7 Lerneinheiten. Die Online-Lernphase startet mindestens zwei Wochen vor der Präsenzveranstaltung. Das Modul endet mit einer Präsenzveranstaltung mit einem Umfang von 8 LE. Ein Zugang zu einem PC und Internet sind für die Teilnahme an dieser Qualifizierungsmaßnahme erforderlich.

# VEREINSMANAGEMENT ZERTIFIKAT REFERENT\*IN FÜR ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Wozu braucht man als Sportverein Öffentlichkeitsarbeit? Welche Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit gibt es? Wie kann ich diese als Verein einsetzen, um die gewünschte Zielgruppe zu erreichen, um Mitglieder zu gewinnen oder den Bekanntheitsgrad und das Image des Vereins nach Außen positiv zu beeinflussen? Wie kann Öffentlichkeitsarbeit auch für die vereinsinterne Kommunikation genutzt werden? Was gilt es dabei zu beachten?

46106

TITEL: REFERENT\*IN FÜR  
ÖFFENTLICHKEITSARBEIT  
BASISMODUL  
TERMIN: 06.11.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 60€ (120€)



Inhalte:

- Was ist Öffentlichkeitsarbeit?
- Wozu benötige ich Öffentlichkeitsarbeit?
- Welche Zielgruppen möchte ich erreichen?
- Welche Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit gibt es?
- Welches Instrument ist das „Richtige“?
- Welche Rolle spielt Markenbildung als Sportverein?

46406

TITEL: REFERENT\*IN FÜR  
ÖFFENTLICHKEITSARBEIT  
AUFBAUMODUL  
TERMIN: 11.12.2021 (15 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 60€ (120€)

Inhalte:

- Wie erstelle ich einen vereinseigenen Kommunikationsplan?
- Wie formuliere ich Pressetexte richtig?
- Wie baue ich nachhaltige Netzwerke und eine fortlaufende Kommunikation mit Medienvertretern auf und pflege diese?
- Wie kann ich Social Media-Kanäle zielgruppenorientiert nutzen?
- Wie gestalte ich die Internetseite/Homepage als Aushängeschild des Vereins optimal?

Die Zertifikatsausbildung „Referent\*in Öffentlichkeitsarbeit“ ist aufgebaut in ein Basis- und Aufbaumodul. Das Basismodul ist zwingende Voraussetzung zur Teilnahme am Aufbaumodul. Das Basis- und Aufbaumodul werden im Blended-Learning-Format durchgeführt. Zu Beginn gibt es eine online-gestützte Lernphase mit 7 Lerneinheiten. Die Online-Lernphase startet mindestens zwei Wochen vor der Präsenzveranstaltung. Das Modul endet mit einer Präsenzveranstaltung mit einem Umfang von 8 LE. Ein Zugang zu einem PC und Internet sind für die Teilnahme an dieser Qualifizierungsmaßnahme erforderlich.

45500

TITEL: ACHTSAM STATT NEUNMALKLUG –  
DAMIT AUSGRENZUNG IM  
SPORT(VEREIN) KEINE CHANCE HAT!  
TERMIN: 25.10.2021 (4 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 0,00€

**INFO:** Der öffentliche Diskurs in Deutschland hat sich verändert. Viele Menschen sind aufgrund der gesellschaftlichen Veränderungen verunsichert, manche offenbaren diskriminierende bis menschenverachtende Positionen. Die Debatten um Neuzugewanderte sind nur das herausragende Beispiel dieser Entwicklung, die vor dem organisierten Sport (natürlich) nicht Halt macht. Es kam und kommt sogar vor, dass besonders engagierte Vereinsmitglieder oder Vorstände aufgrund ihrer weltoffenen Art angefeindet werden.



# IMPRESSUM

## Impressum

Aus- und Fortbildung im Sport 2021

### Herausgeber

SportBildungswerk des Landessportbundes NRW e.V.

Friedrich-Alfred-Allee 25

47055 Duisburg

Vorstand: Wolfgang Jost, Klaus Lang, Martin Wonik

Telefon: 0203 7381-769

Fax: 0203 7381-3769

E-Mail: bildungswerk@blsb-nrw.de

VR 1919 Amtsgericht Duisburg

Ust-IdNr. DE813879655

### Außenstelle

Redaktionsleitung der Verbundaußenstelle:

Jenifer Wacker

E-Mail: j.wacker@ksb-olpe.org

Tel.: 02761/94298-11

### Außenstelle:

Verbundaußenstelle Olpe/Siegen-Wittgenstein

Bahnhofstraße 15

57462 Olpe

### Stand

10/2020, Auflage 3.500

### Druck

kay – Print. Medien. Logistik.

Druckhaus Kay GmbH

Hagener Straße 121

57223 Kreuztal

### Bildnachweise:

© Sportbildungswerk © Bilddatenbank Landessportbund NRW e.V.