



Sportbildungswerk NRW e.V.

Außenstelle Olpe
Bahnhofstraße 15
57462 Olpe

Telefon: 02761/94298-11

E-Mail: kurse@ksb-olpe.org

Internet: www.sportangebote-olpe.de

Aus- und Fortbildung im Sport 2026



Weiterbildungseinrichtung & Qualitätsmanagement	2
Über uns	3
Hinweise zur Anmeldung	4
Vorstufe	
Sporthelfer*in I	5
Sporthelfer*in II	6
1. Lizenzstufe Ausbildungen	
ÜL*in-C Basismodul	8
ÜL*in-C Praxismodul A	9
ÜL*in-C Praxismodul B	10
2. Lizenzstufe Ausbildungen	
ÜL*in-B - Bewegungsförderung in Verein & Kita	11
ÜL*in-B - Rehabilitationssport	12
Weitere Ausbildungen	
Zertifikat - Bewegter Ganzttag	13
Zertifikat - Kleine Menschen - große Persönlichkeiten	14
1. Lizenzstufe Fortbildungen	
ÜL*in-C - Themenwelt Fortbildungen	15
ÜL*in-C - weitere Fortbildungen & Erste Hilfe	18
2. Lizenzstufe Fortbildungen	
ÜL*in-B - Bewegungsförderung	19
ÜL*in-B - Rehabilitation	20
Sportabzeichenprüfer*in Aus- & Fortbildungen	21
Impressum	22

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 Juli 2021 wurde dem SportBildungswerk im Rahmen der Neuzertifizierung das 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 lautet:
„Finde heraus, was gut für dich ist“
Wir haben die Entdeckungsangebote!

Deine SportBildungswerk Außenstelle
Olpe





Henning Peuters
Außenstellenleitung
Dipl. Sportwissenschaftler



Jenifer Krings
Bereichsleitung Qualifizierung
Sporttherapie, Gesundheitsmanagement;
Prävention M. A.



Katrin Stähler
Bereichsleitung Kurse & Finanzen
Fachkraft betriebl. Gesundheitsmanagement



Hannah Aßmann
Duale Studentin
Gesundheitsmanagement i.A.

Anmeldungen unter:

www.sportangebote-olpe.de oder den jeweiligen QR Code scannen!

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

Alle Maßnahmen werden in Veranalterschaft des Sportbildungswerkes NRW Außenstelle Olpe durchgeführt. Träger der Maßnahme ist der Landessportbund NRW e.V. bzw. die Sportjugend des Landessportbundes NRW e.V..

Weitere Informationen zu den Qualifizierungswegen sowie zu Fortbildungen / Workshops bekommst du in der Geschäftsstelle des Kreissportbundes Olpe e.V..

Hinweis: Terminänderungen vorbehalten. Aktuelle Termine sind online einzusehen.

Sportbildungswerk Außenstelle im Kreissportbund Olpe e.V.

Geschäftsstelle:

Bahnhofstr. 15

57462 Olpe

Postanschrift:

Postfach 1547

57445 Olpe

Tel.: 02761-94298 11

Fax: 02761-94298 29

kurse@ksb-olpe.org

www.sportangebote-olpe.de

Sportjugend:

Tel.: 02761-94298 22

Fax: 02761-94298 29

info@sportjugend-olpe.org



VORSTUFE SPORTHELFER*IN I AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

Engagiere dich in deinem Sportverein

Du möchtest in (d) einem Sportverein aktiv werden? Als Sporthelfer*in unterstützt du die Übungsleitung bei der Planung und Durchführung von Sportangeboten und hilfst im Sportverein bei Veranstaltungen und Projekten. Du bringst deine Ideen ein und gestaltest die Angebote für Kinder und Jugendliche aktiv mit.

Wer kann mitmachen?

Du bist sportlich aktiv, zwischen 13 und 17 Jahren alt und möchtest dich im Sportverein oder deiner Schule engagieren?! Dann bist du hier genau richtig! Eine Vereinsmitgliedschaft ist eine gute Voraussetzung, aber keine Bedingung.

Hospitation – was ist das?

Während der Sporthelfer*in-I-Ausbildung machst du eine Hospitation in einem Sportverein deiner Wahl. Dabei lernst du den ausgesuchten Verein näher kennen, erlebst eine Sportstunde live mit und erhältst die Möglichkeit, das Gelernte in der Praxis umzusetzen.



TITEL: [SPORTHELFER*IN I](#)
TERMIN: 30.03. – 02.04.2026 (30 LE)
Kompakt in den Osterferien
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 80€



TITEL: [SPORTHELFER*IN I](#)
TERMIN: 24.08 – 28.08.2026 (30 LE)
Kompakt in den Sommerferien
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 80€

Weitere Hinweise für dich:

Die Sporthelfer*in-I-Ausbildung ist der Einstieg in das Qualifizierungssystem des organisierten Sports. Im Anschluss an die Sporthelfer*in-I-Ausbildung kannst du an der Sporthelfer*in-II-Ausbildung teilnehmen. Damit ist die Anerkennung für das Basismodul der Übungsleiter*in-C-Lizenz geschaffen. Die Anerkennung ist 4 Jahre gültig – wenn du an deiner Schule oder in einem Sportverein im Einsatz warst sogar 8 Jahre.



VORSTUFE SPORTHELFER*IN II AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

Auf dem Weg zur Übungsleitung: Unterstütze als Sporthelfer*in deinen Verein

Du bist in deinem Sportverein oder deiner Schule als Sporthelfer*in aktiv? Du hast Erfahrungen mit dem Sporthelfer*in-I gesammelt und möchtest dein Know-How erweitern? Mit der Sporthelfer*in-II-Ausbildung hast du die Möglichkeit, dich weiter zu qualifizieren, dein Wissen zu vertiefen und in der Praxis zu erleben.

Geh deinen Weg als Sporthelfer*in weiter und komm zur Sporthelfer*in-II-Ausbildung! Hilf deinen Trainer*innen und übernimm Teile von Sportstunden oder leite deine eigene Kleingruppe.

Praktikum – was ist das?

Während der Sporthelfer*in-II-Ausbildung machst du ein Praktikum in einem Sportverein deiner Wahl. Dabei lernst du den ausgesuchten Verein näher kennen, schnupperst in Arbeitsabläufe hinein und erhältst die Möglichkeit, das Gelernte sowie deine Ideen miteinzubringen.

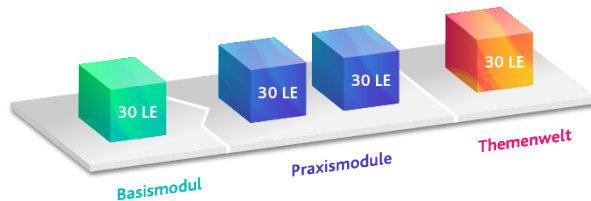


TITEL: [SPORTHELFER*IN II](#)
TERMIN: 24.08 – 28.08.2026 (30 LE)
Kompakt in den Sommerferien
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 80€



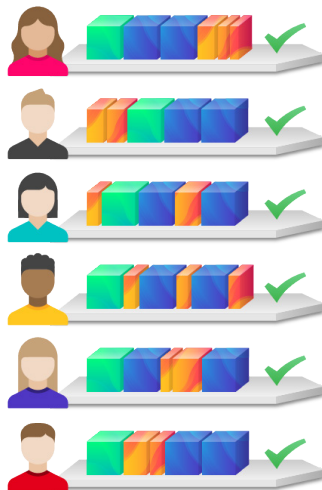
Modulare Übungsleiter*in-C Ausbildung

Werde eine zertifizierte Übungsleitung und mache deine Sportgruppe fit für jede Herausforderung!



Diese modulare Ausbildung umfasst 4 Bausteine mit jeweils 30 Lern-einheiten innerhalb von 2 Jahren. Innerhalb der Module erwarten dich digitale und zeitlich flexible Lernphasen. Deinen eigenen inhaltlichen Schwerpunkt setzt du mit deinen Wahlmodulen der Themenwelt. Du kannst die Wahlmodule zu jedem Zeitpunkt deiner ÜL-C Ausbildung absolvieren.

In der Reihenfolge der Module gibt es nur eine einzige Vorgabe: Basis-modul vor Praxismodul. Ordne die Bausteine ansonsten so an, wie es für dich am besten passt.



Vorteile:

- Flexibilität
- Persönlicher Schwerpunkt
- Digitale Lernphasen

Weitere Informationen zum **modularen Ausbildungssystem** findest du unter: www.meinsportnetz.nrw

Basics: Sportstunden planen & umsetzen – sicher kommunizieren.

Um deine Begeisterung und Freude für den Sport weiterzugeben und kompetent mit Sportgruppen zu agieren, nimm jetzt an unserem Basismodul teil! Starte deinen Weg zur lizenzierten Übungsleitung.



TITEL: [BASISMODUL](#)
mit 10 LE Blended Learning
TERMIN: 10.01. & 24.01.2026 (30 LE)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 195€ (140€)



TITEL: [BASISMODUL](#)
mit 10 LE Blended Learning
TERMIN: 04.07. & 11.07.2026 (30 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 195€ (140€)

Inhalte:

Im Basismodul machst du erste Erfahrungen im Anleiten von Gruppen. Du erwirbst dafür das theoretische Hintergrundwissen von erfahrenen Übungsleiter*innen, die dich in deiner Entwicklung begleiten. Zudem setzt du dich mit sportwissenschaftlichen Aspekten wie der Koordination auseinander.

Was sonst noch wichtig ist:

Dieses Basismodul ist in drei Teile gegliedert: Die ersten 10 Lerneinheiten (1 LE entspricht 45 min.) finden in Präsenz statt. Anschließend hast du bis zum zweiten Präsenzteil Zeit, um 10 LE eigenständig sowie zeitlich und örtlich flexibel zu bearbeiten.

Zur Bearbeitung der 10 LE über unsere Lernplattform benötigst du einen internetfähigen PC oder Laptop. Die mobile Ansicht der Lernplattform über Handys ist von uns nicht zu empfehlen.

Eine Aufgabe innerhalb dieser 10 LE über die digitale Lernplattform beinhaltet, dass du sie mit einer Sportgruppe oder einzelnen Personen bearbeitest. Die Aufgabe ist sehr praxisnah angelegt. Du kannst diese Aufgaben gut bearbeiten, auch wenn du noch keine eigene Sportgruppe leitest! Plane für die praxisnahe Aufgaben lediglich genug Zeit ein.

Du bekommst digitale Teilnehmer*innen-Materialien, mit denen du eigenständig lernen kannst.

Wenn du eine Lizenz erwerben möchtest, müssen 120 Lerneinheiten innerhalb von 2 Jahren absolviert sein und du musst eine gültige Erste-Hilfe Bescheinigung (9 LE) einreichen.

Zulassungsvoraussetzung zum Basismodul ist die Vollendung des 16. Lebensjahres.

1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C, TRAINER*IN-C PRAXISMODUL A

Ausdauersport, Beweglichkeitstraining und Spiele im Sport!

Im **Praxismodul A** entwickelst du die Kompetenzen, die du für die Arbeit mit unterschiedlichen Sportgruppen benötigst. Im Vordergrund stehen die Themen Ausdauer im Sport, Spiele anleiten sowie das Thema Beweglichkeit und Entspannung mit Sportgruppen. Zudem setzt du dich mit den wichtigsten Inhalten zu den Themen Aufsichts- und Sorgfaltspflicht auseinander, sodass du mit deinen Gruppen entsprechend der rechtlichen Vorgaben sicher agieren kannst.



TITEL: [PRAXISMODUL A](#)
mit 8 LE Blended Learning
TERMIN: 21.02.; 04.03. & 07.03.2026 (30 LE)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 195€ (140€)



TITEL: [PRAXISMODUL A](#)
mit 8 LE Blended Learning
TERMIN: 05.09.; 09.09. & 12.09.2026 (30 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 195€ (140€)

Was sonst noch wichtig ist:

Das Praxismodul A umfasst insgesamt 30 Lerneinheiten (1 LE entspricht 45 Minuten). Die ersten 10 LE werden vor Ort in einer Lehrgangsgruppe absolviert. Anschließend kannst du dir die weiteren 8 LE selbstständig einteilen und die Inhalte und Aufgaben auf der Lernplattform bearbeiten. Beachte dabei, dass du auch Aufgaben im Sportverein umsetzen sollst. Diese Aufgaben kannst du auch bearbeiten, wenn du noch keine eigene Sportgruppe in deinem Sportverein hast. Auch, wenn du in anderen Organisationen, wie in der Schule oder bei der Polizei Sportgruppen anleiten möchtest, kannst du die Aufgaben problemlos bearbeiten. Nimm dir für die Aufgaben lediglich genug Zeit! Zu den rechtlichen Vorgaben für deine Sportstunde findet zudem ein 90-minütiges (2 LE) Online-Meeting statt. Abschließend folgen 10 LE vor Ort mit der Lehrgangsgruppe..

1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C, TRAINER*IN-C PRAXISMODUL B

Kraft- und Schnelligkeitstraining im Breitensport!

Im **Praxismodul B** entwickelst du dich als Übungsleitung insbesondere im Kraft- und Schnelligkeitstraining weiter. Dein Auftreten vor Gruppen und dein Umgang mit Sportler*innen wirst du erproben und ein individuelles Feedback von erfahrenen Übungsleiter*innen erhalten. Über die Themen Werte im Sport und Prävention sexualisierter Gewalt im Sport wirst du dich persönlich weiterentwickeln können.



TITEL: [PRAXISMODUL B](#)
mit 7 LE Blended Learning
TERMIN: 18.04. & 25./26.04.2026 (30 LE)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 195€ (140€)



TITEL: [PRAXISMODUL B](#)
mit 7 LE Blended Learning
TERMIN: 07.11. & 14./15.11.2026 (30 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 195€ (140€)



Was sonst noch wichtig ist:

Das Praxismodul B umfasst insgesamt 30 Lerneinheiten (1 LE entspricht 45 Minuten). Die ersten 8 LE werden vor Ort in einer Lehrgangsgruppe absolviert. Anschließend kannst du dir die weiteren 7 LE selbstständig einteilen und die Inhalte und Aufgaben auf der Lernplattform bearbeiten. Beachte dabei, dass du auch Aufgaben im Sportverein umsetzen sollst. Diese Aufgaben kannst du auch bearbeiten, wenn du noch keine eigene Sportgruppe in deinem Sportverein hast. Auch, wenn du in anderen Organisationen, wie in der Schule oder bei der Polizei Sportgruppen anleiten möchtest, kannst du die Aufgaben problemlos bearbeiten. Nimm dir für die Aufgaben lediglich genug Zeit! Anschließend finden weitere 15 LE in Präsenz mit deiner Lehrgangsgruppe und den Lehrteamern*innen statt.

2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B BEWEGUNGSFÖRDERUNG ZERTIFIKATSAUSBILDUNG

Bewegungsgelegenheiten und -anlässe für Kinder zu schaffen ist eine der großen Herausforderungen im Alltag in Kita und Sportverein. Wir bieten dir mit dieser Qualifizierungsmaßnahme vertiefende Inhalte auf der Basis psychomotorischer Erkenntnisse für eine zeitgemäße Bewegungsförderung auch als Grundlage für das Konzept in deiner Kita oder im Sportverein. Erweitere dein Wissen und lerne das Bewegungsverhalten von Mädchen und Jungen besser einzuschätzen und zu fördern, sowie die Bewegungsbedürfnisse der Kinder gegenüber Eltern und im lokalen Bildungsnetzwerk aufzuzeigen.



TITEL: [ZERTIFIKAT BEWEGUNGSFÖRDERUNG
IN SPORTVEREIN & KITA](#)

mit Blended Learning
TERMIN: 06./07.03.; 13./14.03.
& 16./17.04.2026 (60 LE)

ORT: Kirchhundem/Olpe
GEBÜHR: 550€ (360€)

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



2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN - B REHABILITATION IN KOOPERATION MIT BRSNW

Gemeinsame Sache in Südwestfalen

Die fünf Kreissportbünde in Südwestfalen haben sich untereinander abgestimmt, um noch orientierter an der Nachfrage und hier in Südwestfalen regelmäßig Übungsleiter*in-B-Ausbildungen Rehabilitation in den Profilen Neurologie, Innere Medizin und Orthopädie anbieten zu können. So können Interessierte diese Ausbildungen in der Region wahrnehmen und haben mehr Planbarkeit. Von 2025 bis 2028 werden die Ausbildungen der drei Profile wie folgt angeboten:

Neurologie:

- Kreis HSK 2028

Innere Medizin:

- Kreis Olpe 2027

Orthopädie:

- Kreis MK 2026
- Kreis Soest 2027
- Kreis SiWi 2028



TITEL: [BLOCK 20 - GRUNDLAGEN](#)
TERMIN: 14./15.03. & 21./22.03.2026 (34 LE)
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 460€ (300€)



TITEL: [BLOCK 60 - NEUROLOGIE](#)
TERMIN: 18./19.04.; 25./26.04.; 04.06. & 13./14.06.2026 (72 LE)
ORT: Kreis Siegen Wittgenstein
GEBÜHR: 990€ (590€)

Die Ausbildung erfolgt nach den „Richtlinien zur Ausbildung im Deutschen Behindertensportverband“ und qualifiziert für die Leitung des Rehabilitationssports im Profil Neurologie.

Inhalte:

- Anatomische und physiologische Grundlagen
- Hintergrundwissen zu den Indikationen sowie Risiko- und Schutzfaktoren
- Ursachen, Diagnostik und Therapiemöglichkeit neurologischer Erkrankungen
- Planung von Rehabilitationssportstunden im Profil Neurologie
- Sportpraxis

Bildung bewegt gestalten im Grundschulalter

Bewegung, Spiel und Sport sind ein fester Bestandteil des außerunterrichtlichen Schulalltags. Denn durch Bewegung wird nicht nur das Lernverhalten von Kindern- und Jugendlichen gefördert, sondern auch das Sozialverhalten gestärkt.

Du möchtest ein Bewegungs-, Spiel oder Sportangebot oder eine AG im offenen Ganztage anbieten und fragst dich, wie du die Bedürfnisse der Kinder in diesem Umfeld am besten erfüllen kannst.

In dieser Qualifizierung erhältst du sowohl theoretisches wie auch praxisorientiertes Wissen zur Arbeit im Themenfeld Ganztage. Wir beleuchten die Besonderheiten der verfügbaren Räume für die Durchführung von Bewegungsanlässen, die rechtlichen Grundlagen im Kontext von Schule und Ganztage sowie die zentrale Frage, wie wir Bewegungsanlässe für heterogene Kindergruppen schaffen können.



TITEL: [ZERTIFIKAT - BEWEGTER GANZTAG](#)
TERMIN: 17.03.; 24.03.; 14.04. & 21.04.2026 (30 LE)
ORT: Drolshagen
GEBÜHR: 195€ (140€)



Hinweise:

Du erhältst das Zertifikat Ganztage, wenn du zusätzlich das Basismodul der Übungsleiter*in-C Ausbildung absolvierst. Lehrgänge findest du auf diesem Portal mein SportNetz NRW unter: Basismodul ÜL-C.

Außerdem ist diese 30 LE Maßnahme ein Teil der ÜL-C Themenwelt. Wenn du auf dem Weg bist, die ÜL-C Lizenz zu erwerben, dann nutze diese Fortbildung in deiner Themenwelt.

Gemeinsam für einen sicheren Sport

Kinder auf ihrem Weg zu selbstbewussten, widerstandsfähigen Persönlichkeiten zu begleiten, ist heute wichtiger denn je. Sie verbringen einen großen Teil ihrer Zeit in Schulen, KiTas und Sportvereinen – Orte, an denen Übungsleitungen, Trainer*innen und pädagogische Fachkräfte eine zentrale Rolle in ihrer Entwicklung spielen.

Die Zertifikatsausbildung verbindet fundiertes Wissen mit praxisnahen Übungen, die direkt mit Kindern umgesetzt werden können. Sie vermittelt gezielt Wissen und Handlungskompetenz zur Prävention interpersoneller und sexualisierter Gewalt im Sport und richtet sich an bereits lizenzierte Übungsleitungen, Trainer*innen sowie pädagogische Fachkräfte, die ihre Kompetenzen erweitern möchten, um Kinder gezielt zu stärken – mit erprobten Methoden und einem konkreten Programm für den direkten Einsatz in Schule, Kita und Verein.



TITEL: [ZERTIFIKAT - KLEINE MENSCHEN
- GROßE PERSÖNLICHKEITEN](#)
TERMIN: 05./06.10.; 12./13.10. & 09./10.11. 2026 (50 LE)
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 350€ (250€)

Hinweise:

Die Qualifizierungsmaßnahme umfasst 50 Lerneinheiten; 2 davon werden in einer Selbstlernphase absolviert.

Die erfolgreiche Teilnahme an der Zertifikatsausbildung verlängert bereits erworbene ÜL-Lizenzen.

Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig.

Diese Qualifizierungsmaßnahme wird aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans NRW gefördert.

1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C THEMENWELT FORTBILDUNGEN



TITEL: [KETTLEBELL & MINIBAND](#)
TERMIN: 21.03.2026 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Kettlebell- und Miniband-Training sind vielseitige, platzsparende und höchst effektive Trainingsmethoden zur Verbesserung von Kraft, Stabilität und Beweglichkeit. In dieser praxisnahen Fortbildung lernen die Teilnehmenden, beide Trainingsgeräte gezielt im Gruppen- und Einzeltraining einzusetzen.

Neben theoretischem Wissen zu Trainingsprinzipien, Bewegungsanalyse und Übungsauswahl liegt der Fokus auf praktischer Anwendung, methodischem Aufbau und der Vermittlungskompetenz.



TITEL: [ZYKLUSBASIERTES TRAINING](#)
TERMIN: 22.03.2026 (8 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Diese praxisorientierte Fortbildung beleuchtet die besonderen physiologischen, hormonellen und gesundheitlichen Aspekte von Sportlerinnen in unterschiedlichen Lebensphasen. Neben der Leistungssteuerung im Einklang mit hormonellen Phasen, Verletzungsprävention unter Berücksichtigung geschlechtsspezifischer Risikofaktoren, Ernährung und Energieverfügbarkeit widmen wir uns der Frauengesundheit im Jugend-, Leistungs- und Freizeitsport sowie den besonderen Anforderungen in Schwangerschaft, Rückbildung und Menopause.

Die Teilnehmenden erwerben aktuelles Wissen und praxisnahe Strategien, um Training, Betreuung und Gesundheitsförderung gezielt auf die Bedürfnisse von Frauen abzustimmen. Dabei fließen neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und Fallbeispiele aus der Praxis ein.

1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C THEMENWELT FORTBILDUNGEN



TITEL: [EINFÜHRUNG & AUFBAU GROßGERÄTE](#)
TERMIN: 09.05.2026 (8 LE)
ORT: Lennestadt
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Diese Fortbildung richtet sich an alle Personen, die in ihren Sportstunden Großgeräte einsetzen (möchten). Es werden verschiedene Großgeräte (Barren, Reck, Trampolin, etc.) vorgestellt und aufgebaut. Hinweise zum sicheren Umgang und potenzielle Gefahrenquellen werden beleuchtet und Beispiele für methodischen Übungsreihen an den jeweiligen Geräten aufgezeigt.



TITEL: [MODERNES OUTDOORTRAINING](#)
TERMIN: 27.06.2026 (8 LE)
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Keine Turnhalle oder Fitnessstudio? Kein Problem. Die Prinzipien und Grundsätze von Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining sind in allen möglichen Umgebungen umsetzbar. Immer mehr Sportler zieht es auch deshalb nach draußen. Denn beim Outdoor-Sport wird nicht nur der Körper trainiert. Auch der Geist profitiert vom Aufenthalt in der freien Natur.

In unserem direkten Umfeld existieren optimale Bedingungen für Outdoor-Sport. Es muss lediglich die Sportkleidung angezogen und ein Schritt vor die Haustür gemacht werden.



1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C THEMENWELT FORTBILDUNGEN



TITEL: [BEWEGUNG MIT ALLTAGSMATERIALIEN & BRETTSPIELEN NEU ENTDECKEN](#)
TERMIN: 27.09.2026 (8 LE)
ORT: Finnentrop
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: In dieser praxisnahen Fortbildung lernst du, wie alltägliche Haushaltsgegenstände sowie klassische (Kinder-) Brettspiele im Erwachsenen-/Senioren-sport eingesetzt werden können. Durch kreative Übungen mit Materialien, wie z.B. Zeitungen und Flaschen oder auch altbekannte Brettspiele wie „Mensch ärgere dich nicht“, lassen sich Freude an Bewegung, Koordination, Kraft, Reaktion und kognitive Fähigkeiten gleichermaßen fördern.



TITEL: [ENTSPANNUNGSGESCHICHTEN ERLEBEN & GESTALTEN](#)
TERMIN: 21.11.2026 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: In dieser Fortbildung erlebst du nicht nur Entspannungsgeschichten, du bekommst auch Tools an die Hand, um deine eigenen Geschichten zu gestalten. Meist passen Texte aus dem Internet oder Büchern gar nicht zur eigenen Persönlichkeit und es fällt schwer eine entspannte Atmosphäre beim Vorlesen zu erzeugen. Doch wenn es die eigenen Wörter bzw. Geschichten sind, macht das entspannte Vorlesen gleich viel mehr Spaß. Ganz egal ob für die eigene Kursstunde oder privat für die Familie.



TITEL: [BASICS ZUM THEMA ERNÄHRUNG](#)
TERMIN: 02.12. & 04.12.2026 (8 LE)
ORT: DIGITAL
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: In dieser Fortbildung lernst du, wie du in einer Welt voller Ersatzprodukte, High Protein Variante und Süßstoffzusätzen den Überblick behältst. Auf welche Nährstoffe du bei einer gesunden Ernährung achten solltest und wie das Ganze lecker und einfach in der Praxis aussehen kann. Wir befassen uns beim ersten Termin mit der Ernährungswissenschaft und gehen beim zweiten Termin praktisch an den Herd.

1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-C FORTBILDUNGEN SPECIALS & ERSTE HILFE



TITEL: [SUMMER SPECIAL FITNESS](#)
TERMIN: 04.07.2026 (8 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 75€ inkl. Mittagssnack

Info: Probier mal was Neues!

Ein Tag voller Action, schweißtreibender Workouts und spannender Trends & Themen. Das Programm für das 10. Summer Special Fitness erscheint im Frühjahr 2026.



TITEL: [TRAININGSGRUNDLAGEN](#)
TERMIN: 26.09.2026 (8 LE)
ORT: Finnentrop
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Diese praxisnahe Fortbildung vermittelt fundiertes Wissen zur korrekten Ausführung von Grundübungen mit und ohne Kleingeräte. Ziel ist es, Übungen wie Liegestütze, Kniebeugen und Ausfallschritte präzise anzuleiten, typische Fehlerbilder zu erkennen und Variationen gezielt einzusetzen.

Zudem werden die anatomischen Grundlagen vermittelt, um funktionelle Zusammenhänge besser zu verstehen und häufige Trainingsirrtümer aus dem Weg zu räumen.



TITEL: [ERSTE HILFE BEI SPORTVERLETZUNGEN](#)
TERMIN: 08.03.2026 (9 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 100€ (70€)



TITEL: [ERSTE HILFE BEI SPORTVERLETZUNGEN](#)
TERMIN: 22.11.2026 (9 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 100€ (70€)

Info: Aktuell bietet das SportBildungswerk Olpe in Kooperation mit der DLRG Ortsgruppe Olpe standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an.

2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-B FORTBILDUNGEN BEWEGUNGSFÖRDERUNG



TITEL: [WAHRNEHMUNG](#)
TERMIN: 06.05.2026 (8 LE)
ORT: Wenden
GEBÜHR: 140€ (90€)

Info: In dieser Fortbildung werden Einblicke in die Themen Bewegung, Körperwahrnehmung und Reizregulation bei Kindern im Alter von 4-7 Jahren gegeben. Anhand praxisnaher Beispiele werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Kinder mit herausforderndem Verhalten in ihrer Entwicklung gezielt unterstützt werden können. Die Teilnehmenden sind eingeladen, eigene Erfahrungen aus der Arbeit mit den Kindern einzubringen. Anhand theoretischer Impulse werden kleine Bewegungs- und Spielideen erarbeitet, welche später individuell im Kita-, Schul- oder Vereinssalltag umgesetzt werden können.



2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER*IN-B FORTBILDUNGEN REHABILITATION IN KOOPERATION MIT BRSNW



TITEL: [P8 - verkürzte Grundlagen](#)
LIZENZ: Rehabilitation Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie
TERMIN: 17.10.2026 (8 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 140€ (90€)

Info: Diese Fortbildung richtet sich vorrangig an alle Übungsleiter*innen mit einer LSB NRW Rehalizenz, die eine Umschreibung von Lizenzen benötigen. Teilnahmeberechtigt sind jedoch alle Lizenzinhaber*innen von Fremdlizenzen die zukünftig eine DOSB-Lizenz erhalten möchten.



TITEL: [ATTRAKTIVES KOORDINATIONSTRAINING](#)
LIZENZ: Rehabilitation Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie
TERMIN: 18.10.2026 (8 LE)
ORT: Attendorn
GEBÜHR: 140€ (90€)

Info: Koordination kann durch ausgewählte Übungen bei den verschiedenen Adressatengruppen (Herzsport, Sport bei Diabetes, Lungensport, paVik), verbessert werden und führt u.a. zu ökonomischeren Bewegungsabläufen. Die dadurch gewonnene Bewegungssicherheit hat positive Auswirkungen auf die Alltagsmotorik und somit auf die Alltagshandlungen und Lebensqualität.



TITEL: [VON KOPF BIS FUß - DAS ZUSAMMENSPIEL VON FUß, BECKEN & WIRBELSÄULE](#)
LIZENZ: Rehabilitation Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie
TERMIN: 07./08.11.2026 (15 LE)
ORT: Kreis Olpe
GEBÜHR: 230€ (155€)

Info: Die Zusammenhänge zwischen Fuß- und Beckenstellung, der damit verbundenen Spannung im Beckenboden, der Aufrichtung der Wirbelsäule und der Be- oder Entlastung des Schultergürtels werden sowohl anatomisch als auch praktisch deutlich gemacht. Körperwahrnehmung, propriozeptives Training, die Erfahrung von Kernstabilität (Aufrichtung durch die inneren Muskeln), die Verdeutlichung von Muskelketten und der Vermeidung überflüssiger Belastungen.



TITEL: [SPORTABZEICHENPRÜFER*IN](#)
mit 7 LE Blended Learning
TERMIN: 29.08.2026 (15 LE)
ORT: Olpe
GEBÜHR: 170€ (115€)

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 kann das Selbststudium begonnen werden. Mit einer im Anschluss ausgestellten Bescheinigung kann die Anmeldung zum Präsenzmodul (8 LE) erfolgen.



TITEL: [VERLÄNGERUNG](#)
[SPORTABZEICHENPRÜFER*IN](#)
TERMIN: 22.09.2026 (2 LE)
ORT: Digital
GEBÜHR: 20€ (0€)

Info: Nach den Vorgaben des DOSB muss der DSA-Prüfer*in-Ausweis, der zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens berechtigt, alle vier Jahre durch die Teilnahme an einer Fortbildung von 2 Lerneinheiten verlängert werden.

Impressum
Aus- und Fortbildung im Sport 2026

Herausgeber
SportBildungswerk NRW e.V.
Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg
Vorstand: Sebastian Staats
Telefon: 0203 395183-0
E-Mail: info@sbw-nrw.de

VR 1919 Amtsgericht Duisburg
Ust-IdNr. DE813879655

Außenstelle Olpe

Redaktionsleitung:
Jenifer Krings
E-Mail: kurse@ksb-olpe.org
Tel.: 02761/94298-11
Außenstelle Olpe
Bahnhofstraße 15
57462 Olpe

Stand
10/2025, Auflage 750

Druck
FLYERALARM GmbH
Alfred-Nobel-Str. 18
97080 Würzburg

Bildnachweise:
© Sportbildungswerk © Bilddatenbank Landessportbund NRW e.V.