



AKTIV FÜR VEREINE –
STARK FÜR DIE

SPORTJUGEND!



AKTIV FÜR VEREINE –
STARK FÜR DIE

BILDUNG!

Sportregion Heide

**KSB Celle
KSB Harburg-Land
SB Heidekreis**

**Fortbildungen
2020**



Wir über uns / Unsere Angebote

Die **Sportregion Heide** besteht aus den drei Kreissportbünden Celle, Harburg-Land und dem Heidekreis.

Wir bieten Aus- und Fortbildungen sowohl für Übungsleiter/innen und Interessierte als auch für Vereins- und Verbandsführungskräfte an. Alle Aus- und Fortbildungen sind in die Konzeption des LSB Niedersachsen eingebunden.

Neue Erkenntnisse, Entwicklungen und Trends erfordern eine kontinuierliche Weiterbildung. Fortbildungen dienen u.a. der Verlängerung der Lizenz und bieten interessante Themen. Auch Interessierte ohne Lizenz können an den Fortbildungen teilnehmen.

In dieser Broschüre finden sich die Fortbildungen der ganzen Sportregion Heide in chronologischer Reihenfolge. Darüber hinaus sind Angebote der Turnkreise tabellarisch aufgeführt.

Adressen der Sportbünde

Kreissportbund Celle e.V.

Vorwerker Platz 16, 29229 Celle

Tel.: 05141-48 38 10, Fax: 05141-48 38 12

Mail: info@ksb-celle.de

Kreissportbund Harburg-Land e.V.

Rathausstr. 60, 21423 Winsen

Tel.: 04171-60 40 09, Fax: 04171-60 19 25

Mail: info@ksb-harburg-land.de

Sportbund Heidekreis e. V.

Moorstr. 10, 29664 Walsrode

Tel.: 05161-48 744-0, Fax: 05161-48 744-29

Mail: info@sportbund-heidekreis.de

Inhaltsübersicht

Seite	Inhalt
2, 3	Informationen der Sportregion Heide, Adressen, Telefonnummern, Impressum
4	Informationen zu Fortbildungen
5	Anmelde-Informationen
6, 7	Allg. Geschäftsbedingungen, Bildnachweis
8 - 21	Fortbildungen ÜL C und ÜL B
22	Fortbildungen der Turnkreise Celle und Harburg-Land
23	Ausbildungstermine 2020 in der Sportregion-Heide

Ansprechpartnerinnen Bildung

KSB Harburg-Land: Tanja Grünberg

Telefon: 04171-60 40 67

E-Mail: tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

SB Heidekreis und KSB Celle: Barbara Walter

Telefon: 05161-48744-11

E-Mail: bildung@sportbund-heidekreis.de

Impressum

Herausgeber: Sportregion Heide
Auflage: 2700 Stück, November 2019
Hinweis: der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen



Informationen

Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung sowohl der ÜL C-, als auch der ÜL B-Lizenz müssen innerhalb von vier Jahren Fortbildungen mit je mindestens 15 LE nachgewiesen werden. Ohne Fortbildungsnachweis wird die Lizenz ungültig und dann erhöht sich der Fortbildungsumfang.

Zum Eintragen der Verlängerung übermittelt der ÜL im letzten Quartal der Gültigkeit die Fortbildungsnachweise und die Lizenz als pdf-Dokumente per E-Mail an den Landes-SportBund Niedersachsen (Lizenz-Bildung@lsb-niedersachsen.de) und erhält dann eine E-Mail mit einem pdf-Anhang mit der verlängerten Lizenz-Urkunde im DIN A 4-Format zum Selbstausdrucken. Wer keine E-Mail-Adresse hat, bekommt die Lizenz per Post zugeschickt. Die „alten“ Ausweise werden nicht mehr benötigt. Für Lizenzen der Fachverbände gelten die jeweiligen Vorgehensweisen.

Weitere Fortbildungen

Die Fortbildungsangebote weiterer Sportbünde in Niedersachsen sind zu finden unter <https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/>



Die Fortbildungen des NTB gibt es unter www.ntbwelt.de

Ebenso bietet der Behinderten-Sportverband Fortbildungen an: www.bsn-ev.de

Die **Anmeldung** erfolgt direkt bei dem jeweiligen Anbieter und sollte mindestens vier Wochen vor dem Lehrgangstermin vorliegen.

Für jeden Lehrgang ist eine **verbindliche schriftliche** Anmeldung erforderlich, auf der die AGBs (siehe nächste Seite) und die Datenschutzerklärung (siehe Rückseite des beiliegenden Anmeldebogens) zu unterzeichnen sind. Das Anmeldeformular ist auch zu finden auf den Internetseiten der Sportbünde und der Sportregion Heide.

Eine **Online-Anmeldung** ist möglich über das Bildungsportal des LSB.

(<https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/>)

LQZ sind kostenfreie Fortbildungen für Lehrer, Erzieher und ÜL im Rahmen des Aktionsprogramms „Lernen braucht Bewegung“.

Die Lehrgänge in der Sportregion Heide werden ohne Übernachtung angeboten. Bei Bedarf müssen die Teilnehmenden sich eigenverantwortlich darum bemühen und bekommen im Nachgang bis max. 45,- € erstattet.

Jede Anmeldung wird innerhalb weniger Tage bestätigt. Dies erfolgt nur per E-Mail.

Ca. eine Woche vor Lehrgangstermin erhalten alle TN die aktuellen Informationen zur Veranstaltung.

Hinweis: Alle Themen und Termine in dieser Broschüre wurden bereits im Sommer 2019 geplant. Sollte es aufgrund dieser langfristigen Vorbereitung zu Änderungen kommen, bitten wir um Verständnis.

AGBs zur Anmeldung

Geltungsbereich

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für Bildungsveranstaltungen, die vom LSB Niedersachsen e.V., der Sportjugend, den Sportbünden und der Akademie des Sports im LSB Niedersachsen – im Folgenden Veranstalter – angeboten und ausgerichtet werden.

Teilnahmebedingungen und Zielgruppen

Die Bildungsveranstaltungen sind grundsätzlich für alle Personen ab 16 Jahren offen. Davon abweichende Altersbeschränkungen und weitere Teilnahmevoraussetzungen sind den jeweiligen Ausschreibungen zu entnehmen bzw. beim Veranstalter zu erfragen. Nur in einem Mitgliedsverein des LSB Niedersachsen organisierte Teilnehmende können bei Lizenzausbildungen eine Lizenz erwerben.

Teilnahmegebühren

Für Teilnehmende aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen werden in der Regel reduzierte Teilnahmegebühren erhoben. Die Teilnahmegebühren sind in den Ausschreibungen der Bildungsveranstaltungen ausgewiesen und werden grundsätzlich mit Hilfe des Lastschriftverfahrens eingezogen. Bei Problemkonten (z. B. unzureichende Angaben) erheben die Banken eine Bearbeitungsgebühr. Diese wird dem betroffenen Teilnehmenden vollständig in Rechnung gestellt.

Anmeldung und Anmeldefristen

Die Anmeldung muss bei mehrtägigen Bildungsveranstaltungen bis vier Wochen, bei eintägigen Bildungsveranstaltungen bis zwei Wochen vor der Bildungsveranstaltung beim Veranstalter eingegangen sein. Kurzfristige Anmeldungen sind nach Absprache möglich. Bei der Anmeldung von minderjährigen Teilnehmenden ist die Unterschrift der/des Sorgeberechtigten notwendig.

Abmeldung und Stornogebühren

Eine Abmeldung mit vollständiger Rückerstattung der Teilnahmegebühr muss bei mehrtägigen Bildungsveranstaltungen vier Wochen vor der Bildungsveranstaltung und bei eintägigen Bildungsveranstaltungen zwei Wochen vor der Bildungsveranstaltung schriftlich erfolgen. Hierbei gilt das Datum des Eingangs der schriftlichen Abmeldung beim Veranstalter.

Bei Nichteinhaltung dieser Abmeldefristen, wird eine Stornogebühr in Höhe von 50,00 € erhoben, max. jedoch die Höhe der Teilnahmegebühr einbehalten. Diese Gebühr wird im Krankheitsfall nach Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung nicht erhoben. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung wird die gesamte Teilnahmegebühr einbehalten.

Sollte die Bildungsveranstaltung vom Veranstalter abgesagt werden und nicht stattfinden, werden bereits eingezogene Teilnahmegebühren vollständig erstattet. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Bildungsurlaub

Für die besonders gekennzeichneten Bildungsveranstaltungen kann Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz beantragt werden. Teilnehmende weisen bei der Anmeldung darauf hin, dass sie Bildungsurlaub in Anspruch nehmen möchten. Vom Veranstalter werden dann die notwendigen Bescheinigungen ausgestellt.

Nutzungsrechte für Foto- und Videoaufnahmen

Während der Veranstaltung werden Foto- und ggf. Videoaufnahmen gemacht, die evtl. für Veröffentlichungen des LSB Niedersachsen, der Sportjugend Niedersachsen, den Sportbünden und der Akademie des Sports im LSB Niedersachsen gespeichert und verwendet werden. Teilnehmende können der Speicherung und Verwendung individueller Personenfotos im Vorfeld und während der Veranstaltung widersprechen.

Bildnachweis:

LSB NRW: (A. Bowinkelmann: S. 13 unten, 20 unten)

Winsener Anzeiger: (K. Röhlke: S. 1, 12, 24)

KSB Harburg-Land: (T. Grünberg: S. 8, 9, 10, 11, 13 oben, 14, 15, 17, 18, 19, 20 oben)

Tischgesellschaftsspiele...

22.02.20

09.00-13.00 Uhr

(5 LE)

Celle

15,00 €

Gundula Schuermann

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11981



...in die Turnhalle gebracht

In dieser Fortbildung werden Tischspiele in die Sporthalle verlagert.

Mensch ärgere dich nicht als Ausdauertraining? Halma als Koordinations- und Reaktionsspiel? Memory und Domino, schon mal versucht?

Arbeitsanweisungen verstehen und umsetzen, Handlungsstrategien entwickeln, Handlungskompetenzen erweitern.

Die Spielformen sind sowohl für die Psychomotorik, das Kinderturnen und zum Aufwärmen im Erwachsenensport gut geeignet. Wer mag kann sein Lieblingsspiel mitbringen. Mal schauen, was sich daraus machen lässt. Sportkleidung erforderlich.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

Den Körper fühlen und Entspannen

22.02.20

14.00-18.00 Uhr

(5 LE)

Celle

15,00 €

Gundula Schuermann

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11982

Für Kinder

Sich spüren und wahrnehmen, achtsam auf den Körper hören, Anspannen und Entspannen, wie fühlt sich das für Kinder an? Wir werden über vielfältige Möglichkeiten dem Körper auf die Spur kommen, sowohl mit sanften Berührungen, als auch bei Ringspielen mit Körpereinsatz. Die Selbstwahrnehmung ist ein großer Bestandteil des Kurses. Bitte Sportsachen mitbringen.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

Lights, camera, action!

Mein Sport in Szene gesetzt

Mein Sport in Szene gesetzt! Bilder sagen mehr als 1000 Worte, aber ein kurzes Video schlägt alles! Lerne an einem Tag die wichtigsten Dinge über Bild, Ton und Schnitt, um das coolste Video über deine Sportart auf Instagram & Co zu posten!

Anmeldung:

Sportjugend Harburg-Land
Tel.: 04171-60 40 09
sportjugend@ksb-harburg-land.de

29.02.20

09.30-16.00 Uhr
(8 LE)
Buchholz / Ndh.
15,00 €

Team

Anerkennung: Juleica

Nr. 1/27/11668

Ernährung und Bewegung

Iss dich fit und fühl dich gut. Der Schlüssel dazu liegt im Zusammenspiel von Ernährung und Bewegung. Jedoch gibt es keine allgemeingültige Formel, denn verschiedene Leistungsniveaus erfordern differenzierte Ernährungsempfehlungen ebenso wie differenzierte Bewegungsgestaltung. In der Fortbildung beleuchten wir die unterschiedlichen Aspekte einer ausgewogenen Ernährung und unterstützen es mit praktischen Beispielen.

Anmeldung:

Tanja Grünberg
Tel: 04171-60 40 67
tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

07.03.20

09.30-13.30 Uhr
(5 LE)
Fleestedt
15,00 €

Stephanie Böse

Anerkennung: ÜL B

Nr. 2/27/11914



Dehnen und Faszien

07.03.20

14.00-18.00 Uhr

(5 LE)

Fleestedt

15,00 €

Stephanie Böse

Anerkennung: ÜL B

Nr. 2/27/11915

Ist Dehnen out und Faszientraining in? Weit gefehlt, beide Formen sind miteinander verbunden und können in jeder Sportstunde zum Einsatz kommen. Doch wie? Und was ist mit der Faszienrolle, die mittlerweile mit Gesundheitsschäden in Zusammenhang gebracht wird. Dies und mehr werden wir beleuchten und mit praktischen Übungen verdeutlichen.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Bewegung für Krippenkinder

09.03.20

16.00-19.15 Uhr

(4 LE)

Celle

kostenfrei / LQZ

Dr. Bettina Arasin

Anerkennung: ÜL C

Juleica

Nr. 2/32/11992

Bewegungsangebote für Kinder in der Krippe sind eine große Herausforderung, da die Betreuung und Unterstützung durch die Eltern hier fehlt. Im LQZ gibt die Referentin Anregungen und praktische Tipps für eine gelungene sportliche Beschäftigung. Auch für ÜL im Eltern-Kind-Turnen geeignet.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de



Fitball-Trommeln

Mit Spaß zum Herz-Kreislauf-Training

Mit Bewegung, Trommeln, Rhythmus und Musik erlebst du ein effektives Cardiotraining, welches du so gar nicht als Herz-Kreislauf-Training empfindest. Probiere es selber aus, lerne die Grundschläge mit den Drumsticks, baue deine eigenen Schritte und Schläge mit ein. Ob als kurzes Aufwärmprogramm, intensives Cardiotraining oder als ganze Stunde mit verschiedenen Choreographien, das Fitballtrommeln bietet für jeden etwas. Auch dein Fitnesslevel ist uninteressant, hier können Anfänger sowie ganz Fitte gemeinsam trommeln und zusammen Spaß haben.

Anmeldung:

Barbara Walter
Tel: 05161-48744-11
bildung@sportbund-heidekreis.de

14.03.20

09.00-13.00 Uhr

(5 LE)

Heidekreis

15,00 €

Jessica Streich

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11983



Einführung in das Beckenbodentraining

Ist der Beckenboden gesund, ist er eine verlässliche Quelle der Kraft, die aus unserer eigenen Basis entspringt – und Körper, Geist und Psyche werden unterstützt. Dieser praxisorientierte Workshop gibt Einblicke in die Anatomie des Beckenbodens, zeigt, wie man ihn aktivieren und entspannen kann. Zudem gibt es Tipps für das Training mit der Gruppe und wie man das Beckenbodentraining in den Alltag einbauen kann.

Anmeldung:

Barbara Walter
Tel: 05161-48744-11
bildung@sportbund-heidekreis.de

14.03.20

14.00-18.00 Uhr

(5 LE)

Heidekreis

15,00 €

Jessica Streich

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11984

Kinder-Yoga

21.03.20

09.00-16.00 Uhr

(8 LE)

Stelle

30,00 €

Nina Mann

Anerkennung: ÜL C
ÜL B
Kinder

Nr. 2/27/11922

Kinderyoga macht Spaß und bietet den Kindern die Möglichkeit, den eigenen Körper vielfältig kennen zu lernen. Kinderyoga führt zu mehr Beweglichkeit, kräftigt die Muskulatur und verbessert die Körperwahrnehmung. Doch wie unterscheidet es sich vom Yoga mit Erwachsenen? Die Fortbildung gibt einen Einblick über Auswahl und Vermittlung der Übungen, stellt Yoga-Spiele vor und geht auf die unterschiedlichen Altersstufen ein. Sie richtet sich an ÜL für Kinder ab ca. 5 Jahren.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Übungsvielfalt

18.04.20

09.00-13.30 Uhr

(5 LE)

Winsen / Luhe

15,00 €

Daniela Hartwig

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11917

Einen möglichst großen Übungspool für die Fitnessstunde zu haben, ist der Wunsch jeden ÜL. In dieser interaktiven Fortbildung erstellen wir eine Sammlung mit vielfältigen Übungen, mit denen die nächsten Stunden gefüllt werden können. Dabei kann nach Gerät oder Trainingsbereich unterschieden werden. Es wird sicher eine Menge neuer Anregungen geben.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de



Stabil und standfest im Alter

Um sich im Alter gut bewegen zu können, braucht es zum Einen Stabilität und zum Anderen ein gewisses Kraftniveau im Beinbereich und in der Körpermitte. Viele praktische Übungen von der Körperwahrnehmung bis zur Kräftigung zeigen, wie ältere Menschen ihre Mobilität durch gezieltes Training bewahren und ihre Bewegungssicherheit erhalten können.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

18.04.20

14.00-18.00 Uhr

(5 LE)

Winsen / Luhe

15,00 €

Daniela Hartwig

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11918



Starke Muskeln – wacher Geist – Kids

Ein von Dr. Bettina Arasin entwickeltes Trainingsprogramm für Kinder mit Konzentrationsauffälligkeiten (ADHS). Es stärkt die Basiskompetenzen von Kindern und macht sie neugierig auf Bewegungserfahrungen. Kinder brauchen für ihre emotionale und kognitive Entwicklung Bewegungsanreize. Je mehr Möglichkeiten sie bekommen, sich auszuprobieren und eine gute Muskulatur aufzubauen, je besser lernen sie die Aufmerksamkeit zu richten und sich selbst zu steuern. Im Bereich der Konzentration werden durch Bewegungsspiele Anregungen zu ausdauernder Aufmerksamkeitsleistung und zur Bildung von Gedächtnisstrategien gegeben.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

25.04.20

09.00-18.30 Uhr

(10 LE)

Celle

35,00 €

Dr. Bettina Arasin

Anerkennung: ÜL B

Nr. 2/32/11987



Spezialblocklehrgang Fitness

25./26.4.20
und
09./10.05.20

09.00-18.00 Uhr
(40 LE)
Winsen / Luhe
120,00 €

Team

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11774

Dieser Spezialblocklehrgang besteht aus zwei Teilen an zwei Wochenenden. Thema am 25./26.04. ist das Krafttraining: Es wird eingegangen auf die unterschiedlichen Trainingsmethoden des Krafttrainings nach den Grundsätzen von Ausgewogenheit und Individualität mit Blick auf eine gewünschte Zielsetzung. Ganzkörperübungen aus dem Bereich Functional Fitness, isolierte Muskelkräftigung, Zirkeltraining, Mehrsatztraining und der Einsatz von Hilfsmitteln runden das Programm ab.

Thema am 09./10.05. ist das Ausdauertraining: an unterschiedlichen Beispielen wie Walken, Laufen und Cardiofitness wird ein effektives Ausdauertraining vorgestellt.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Spezialblocklehrgang Kinder

16./17.05.20
und
06./07.06.20

09.00-18.00 Uhr
(40 LE)
Bad Fallingbostel
120,00 €

Team

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11978

Dieser Spezialblocklehrgang besteht aus zwei Teilen an zwei Wochenenden. Thema am 16./17.05. ist „Spiel und Sport für kleine Leute“ – ein Grundlagenbaustein für Bewegung mit Kindern in der Halle. Thema am 06.06. ist die „Spielekiste“ – ein buntes Sammelsurium von Spielen für Kinder und Jugendliche. Am 07.06. geht es um „Trends für Kinder im Outdoorbereich“. Es werden Ideen und Bewegungsmöglichkeiten für den bewegten Aufenthalt im Freien getestet.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de



Alles eine Frage der Körperwahrnehmung!

Alles eine Frage der Körperwahrnehmung!
Die Ausführungsgenauigkeit von Übungen...
– leichter mit KW!

Die Variationen von Übungen... – nur
möglich mit KW!

Die Effizienz von Übungen... – besser
mit KW!

In diesem Seminar geht es um Grundsätz-
liches zum Thema Körperwahrnehmung
und die Wichtigkeit für die Teilnehmenden
und für die Übungsleitenden.

Natürlich wird alles anhand von
praktischen Übungen ausprobiert, die
auch gleich in der nächsten Stunde
angewendet werden können.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de



13.06.20

09.00-13.00 Uhr
(5 LE)

Bad Fallingbostal
15,00 €

Janina Thießel

Anerkennung: ÜL B

Nr. 2/32/11986

Trainieren mit Elastiband

Referentin Janina Thießel wird das neue
Trainingsgerät „Elastiband“ gemeinsam
mit den TN ausprobieren: Was ist neu?
Wo sind die Vorteile? Mit welchen anderen
Geräten ist es vergleichbar? In dieser
praxisorientierten Veranstaltung wird
die richtige Handhabung des Bandes
sowie natürlich viele Übungen für die
verschiedenen Bereiche des Körpers
vermittelt. Es wird anstrengend!

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

13.06.20

14.00-18.00 Uhr
(5 LE)

Bad Fallingbostal
15,00 €

Janina Thießel

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11985

Fachtagung Natur bewegt

20.06.20

09.00-17.00 Uhr

(6 LE)

HH-Wilhelmsburg

50,00 €

Team

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11926

TIPP

Unser beliebtes KSB Übungsleiter-Forum bekommt ein „Upgrade“: es wird zur Fachtagung. In Kooperation mit dem VTF Hamburg bietet wir 20 verschiedene Workshops zum Thema „Outdoorsport und Natursport“ an.

„Naturess“, „Waldbaden“, „Calisthenics“, Outdoor-Team-Training, Themenwanderung und vieles mehr laden ein, neue Trends kennenzulernen und sich viele Anregungen für ein spannendes, abwechslungsreiches Training an der frischen Luft zu holen. In der Mittagspause laden einige Infostände ein, Neues auszuprobieren und am Ende kann noch eine Führung durch das ehemalige Gartenschau Gelände besucht werden.

Wir brauchen Hilfe! Für die Fachtagung suchen wir wieder viele helfende Hände, die uns an diesem Tag unterstützen. Wer sich vorstellen kann als Workshopbetreuung zu helfen, meldet sich bitte bei Tanja Grünberg, Tel: 04171-60 40 67, tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Alle weiteren Informationen sind der Extra-Ausschreibung und unter www.ksb-harburg-land.de zu entnehmen.



Aktuelles Wissen
– angesagte Trends

Go Out'n Move

1. Fachtagung
Outdoor- und Natursport
Natur bewegt

20. Juni 2020 | 9.30 – 16.30 Uhr
Wilhelmsburger Inseipark

Anmeldung und Infos:
www.vtf-hamburg.de



Rund um den Ball

Die Kurzfortbildung „Rund um den Ball“ soll die Vermittlung der Grundformen des Ballspielens für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren vereinfachen. Fangen und Werfen zählt zu den Grundtätigkeiten und kann auf interessante Weise geschult werden. Die Vielfältigkeit von Ballsportangeboten in Schule und Verein wird im LQZ aufgezeigt, ohne sich dabei auf eine Sportart festzulegen.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

26.06.20

16.00-19.15 Uhr

(4 LE)

Bad Fallingbostal
kostenfrei / LQZ

Saskia Göbel

Anerkennung: ÜL C
Juleica

Nr. 2/32/11994



Abenteuer und Action

Abenteuerliche und actiongeladene Angebote für die Jugendarbeit im Verein.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

27.06.20

09.00-16.30 Uhr

(8 LE)

Celle
15,00 €

Team

Anerkennung: Juleica

Nr. 1/32/12023

Denk-Spaziergang

04.07.20

09.30-13.30 Uhr

(5 LE)

Winsen / Luhe

15,00 €

Regina Gerke

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11920

Wahrnehmung + Gehirnjogging + Bewegung = mehr Leistung. Bei einem lockeren Spaziergang aktivieren wir unser Gehirn mit Hilfe von einfach zu erlernenden Übungen auch aus der LifeKinetik®. Es werden die Denkflexibilität, die Merkfähigkeit, die Konzentration und die Wahrnehmung der Sinne geschult. Dazu wird Hintergrundwissen zum Gedächtnistraining und zum Einsatz der Übungen auch in allgemeinen Sportstunden vermittelt.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Waldbaden und Baummyoga

04.07.20

14.00-18.00 Uhr

(5 LE)

Winsen / Luhe

15,00 €

Petra Rüffert

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11921

„Mutter Natur“ ist eine große Heilerin, das ist schon seit Jahrhunderten bekannt. Neue Forschungen zeigen, dass den Bäumen eine besondere Heilkraft innewohnt „Shinrinryoku“, zu Deutsch „Waldbaden“, ist in Japan zu einer anerkannten Stress-Management-Methode avanciert. In der Fortbildung werden die interessantesten Vorgängen erläutert, die durch den Aufenthalt im Wald zu unserer Gesundheit beitragen. Praktische Übungen lassen uns die Natur wieder bewusst und fasziniert wahrnehmen. Dazu trägt auch das Baum-Yoga bei, das ebenfalls vorgestellt wird.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de



Weg vom PC, raus in die Natur

Wie Naturmaterialien kindgerecht zum Sporttreiben genutzt werden können. Der Spielplatz ist zu langweilig geworden? Warum nicht mal über den Tellerrand schauen?! Auf einer Tour durch Winsen werden die Möglichkeiten des Sporttreibens in der Stadt und der Natur gesucht und kindgerecht erprobt.

Anmeldung:

Sportjugend Harburg-Land
Tel.: 04171-60 40 09
sportjugend@ksb-harburg-land.de

05.09.20

09.30-16.30 Uhr

(8 LE)

Winsen / Luhe

15,00 €

Jannik Schütt

Anerkennung: Juleica

Nr. 1/27/11667



Organisation von Turnieren...

...in Theorie und Praxis

In diesem LQZ beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Turnierformen für schulische oder Vereinsangebote. Es werden Vor- und Nachteile einiger Organisationsformen beleuchtet und dann gleich in der Praxis getestet.

Anmeldung:

Barbara Walter
Tel: 05161-48744-11
bildung@sportbund-heidekreis.de

16.09.20

16.00-19.15 Uhr

(4 LE)

Celle

kostenfrei / LQZ

Nils Bürgel

Anerkennung: ÜL C
Juleica

Nr. 2/32/11995

Spiele mit Ball für Kinder im Vorschulalter

31.10.20

09.30-13.30 Uhr

(5 LE)

Neu Wulmstorf

15,00 €

Jan Lerche

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/27/11925



Beim „Training“ der Kleinen steht der Spaß im Vordergrund. Die 4- bis 6-jährigen Kinder sollen die Freude und Begeisterung an Bewegung entdecken, Bewegungserfahrungen machen und das Element „Ball“ kennenlernen. Taktik und Technik haben da noch nichts zu suchen. Diese Fortbildung vermittelt mit welchen Inhalten eine Trainings- oder besser: eine Spielstunde – für Bambini gestaltet werden kann, um damit vor allem die koordinativen Fähigkeiten zu schulen.

Anmeldung:

Tanja Grünberg

Tel: 04171-60 40 67

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de

Einführung in die Feldenkraismethode

31.10.20

09.00-17.00 Uhr

(8 LE)

Munster

30,00 €

Cora Wulf

Anerkennung: ÜL B

Nr. 2/32/11988



Als Erwachsene haben wir im Laufe unseres Lebens oft Verhaltens- und Bewegungsmuster erlernt, die uns mitunter im Alltag einengen, so dass Bewegungseinschränkungen, Schmerzen u. a. auftauchen. Mit Hilfe der Feldenkraismethode, bei der schonende aber auch herausfordernde Bewegungsübungen angeleitet werden, kann man erkennen, wie man sich selbst beschränkt. Man entdeckt neue Möglichkeiten – Leichtigkeit, Wohlfühl und Beweglichkeit können die Folge sein. Die Übungen finden meist im Liegen oder Sitzen statt und sind für alle Altersgruppen geeignet.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

Juleica update

Aktuelle Themen für die Jugendarbeit im Verein aufbereitet

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

07.11.20

09.00-16.30 Uhr

(8 LE)

Bad Fallingbostel

15,00 €

Team

Anerkennung: Juleica

Nr. 2/32/12027

Bewegt in kleinen Räumen und

...an der frischen Luft

Wie bringt man Kinder in kleinen Räumen in Bewegung? In diesem LQZ geben wir Anregungen für sportliche Angebote auf engem Raum. Außerdem erkunden wir Bewegungsgelegenheiten im Freien. Es werden Spiele u. Übungsmöglichkeiten mit und ohne Material vorgestellt. Geeignet auch für Übungsleitende mit Kindern im Vorschulalter.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

18.11.20

16.00-19.15 Uhr

(4 LE)

Bergen

kostenfrei / LQZ

Team

Anerkennung: ÜL C
Juleica

Nr. 2/32/11743

SBB Stationstraining

Dieser Baustein beschäftigt sich an Stationen mit vielseitigen Möglichkeiten für das Training von Kraft, Ausdauer und Koordination mit und ohne Geräte. Unterschiedliche Organisationsformen werden getestet und auf ihre Praxistauglichkeit geprüft.

Anmeldung:

Barbara Walter

Tel: 05161-48744-11

bildung@sportbund-heidekreis.de

21.11.20

09.00-18.00 Uhr

(10 LE)

Celle

40,00 €

Team

Anerkennung: ÜL C

Nr. 2/32/11980

Fortbildungen im Turnkreis Celle

18.01.20 Hermannsburg	Kari Einweisung Gerätturnen weibl. (6 LE)
01.-02.02.20 Celle-Vorwerk	Crossover Turnnacht 6.0 (6 LE)
28.03.20 Winsen-Walle	Line Dance und Lachyoga (5 LE)
28.03.20 Winsen-Walle	Stressbewältigung und Achtsamkeit (4 LE)
02.07.-05.07.20 Celle-Scheuen	Schulsportassistenten Ausbildung
20.09.20 Celle-Scheuen	DanceDanceDance 3.0 (4 LE)
20.09.20 Celle-Scheuen	Bewegungsgeschichten im Kinderturnen (4 LE)
14.11.20 Celle-Scheuen	Fit-Fetzig-Fantasievoll Mit Alltagsmaterialien an, auf, um den Hocker (5 LE)
14.11.20 Celle-Scheuen	Step Aerobic mit Smovey (4 LE)
Anmeldung:	Jessica Hubach Tel. 05054-3049802 info@turnkreis-celle.de

Fortbildungen im Turnkreis Harburg-Land

16.05.20 Winsen-Pattensen	Functional Fitness-Training (4 LE)
16.05.20 Winsen-Pattensen	HIIT meets Yoga (4 LE)
14.11.20 Winsen-Pattensen	Body-Styling mit Brasil® (4 LE)
14.11.20 Winsen-Pattensen	Yoga und Pilates in der Rückenschule (4 LE)
Anmeldung:	Ulrike Heick Tel. 04173-8874 die_heicks@web.de

Die Ausbildungstermine 2020 in der Sportregion Heide

Die Sportregion Heide bietet **Ausbildungen** zum Erwerb der Übungsleiterlizenz an.

Die **Ausbildung ÜL C Breitensport (sportartübergreifend)** bereitet auf die Arbeit in Vereinsgruppen vor und vermittelt grundlegende sportliche Inhalte.

Grundlehrgänge:

15./16.02. und 29.02./01.03. in Bad Fallingbostel

14./15.11. und 28./29.11. in Winsen/Luhe

Aufbaulehrgänge:

01./02.02. und 15./16.02. in Winsen/Luhe

07./08.03. und 21./22.03. in Bad Fallingbostel

Spezialblocklehrgänge:

25./26.04. und 09./10.05. „Fitness-Special“
in Winsen/Luhe, Beschreibung auf S. 14

16./17.05. und 06./07.06. „Kinder“
in Bad Fallingbostel, Beschreibung auf S. 14

Spezialblockbaustein:

21.11. Stationstraining in Celle, Beschreibung auf S. 21

Die Lehrgänge sollten in der Reihenfolge Grund- und Aufbau-
lehrgang und dann der Spezialblockbereich absolviert werden.

Die Ausbildung ÜL B Breitensport, Prävention vermittelt
weiterführende Kenntnisse und berechtigt zur Zusammen-
arbeit mit den Krankenkassen.

Basislehrgang:

29./30.08. in Schneverdingen (im Blended learning-Format)

Aufbaulehrgang:

12./13.09. und 26./27.09. in Schneverdingen

Abschlusslehrgang:

03./04.10.20 in Schneverdingen



im LandessportBund Niedersachsen e. V.



im LandessportBund Niedersachsen e. V.



im LandessportBund Niedersachsen e. V.



im LandessportBund Niedersachsen e. V.



www.sportregion-heide.de

