

Ausbildung zur Übungsleiterin für präventive Gymnastik



Wozu? - die Ziele:

Sie treiben gerne Sport, sind von Gymnastik begeistert und wollen diese Begeisterung verbunden mit fundierten Kenntnissen gerne an eine eigene Gymnastikgruppe weitergeben. Mit der Prüfung zum Ende des Lehrgangs erhalten Sie die Übungsleiterlizenz des Badischen Sportbundes und werden als nebenamtliche Kursleiterin anerkannt.

Was denn? - die Inhalte:

Mit vielen verschiedenen Themen rund um die Gymnastik werden Sie zur motivierten und kompetenten Gymnastikkursleiterin geschult. Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt auf der Prävention. Wichtiger Bestandteil sind natürlich die theoretischen Grundlagen der Anatomie (Muskelaufbau), der Physiologie und der gesunden Lebensführung. Sie lernen ein umfangreiches Repertoire verschiedener Gymnastikformen kennen. Auch Fragen zur Gestaltung einer Gymnastikstunde und Methoden der Wissensweitergabe werden eingehend bearbeitet. Und damit Sie Spaß und gute Laune beibehalten, wird in der Praxis erprobt, geübt, erspürt und ... viel gelacht.

Wann, wo und wie lange?

Der dreiwöchige Lehrgang umfasst 15 Tage à 8 Unterrichtseinheiten.

Termine des nächsten Ausbildungslehrgangs:

Grundlehrgang:	22. - 24.10.2010 und 27. - 28.11.2010, LVHS St. Ulrich in 79283 Bollschweil
Aufbaulehrgang:	17.01. - 21.01.2011, Südbadische Sportschule in 76534 Steinbach
Prüfungslehrgang:	11.04. - 15.04.2011, Südbadische Sportschule in 76534 Steinbach

Wer? - die Zielgruppe:

Der Lehrgang bietet sich für Leiterinnen von Gymnastikkursen an, die noch keinen Übungsleiterschein haben und ist auch geeignet für Interessierte, die gern eine Gymnastikgruppe leiten wollen. Zuvor sollten Sie einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert haben. Die Schulung ist offen für alle Frauen, die Mitglied im LandFrauenverband sind und solche, die es werden wollen. Nichtmitglieder können bei einem Orts- oder Bezirksverein in den Verband eintreten. Die Geschäftsstelle hilft Ihnen gerne weiter.

Wie viel? - die Gebühren:

Die Teilnahmegebühr beträgt 170,00 Euro für die gesamte Ausbildung. Darin enthalten sind Übernachtung und Verpflegung.



Unsere Schulung - Ihre Chance

Diese Ausbildung, in Kooperation mit der Badischen Sportschule in Steinbach, wird vom Badischen Sportbund gefördert. Bei regelmäßiger Teilnahme und erfolgreicher Prüfung erhalten die Teilnehmerinnen die staatlich anerkannte Übungsleiterlizenz Ü/C des Badischen Sportbundes.

Und was kommt danach?

Der LandFrauenverband Südbaden veranstaltet jedes Jahr mehrere Fortbildungen, damit Sie als Übungsleiterin immer auf dem neuesten Stand bleiben. Durch eine regelmäßige Teilnahme schaffen Sie die Voraussetzung zur Verlängerung Ihrer Übungsleiterlizenz, die alle 4 Jahre beim Sportbund beantragt werden muss.