

Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere

Menschen bewegen. Gesundheit fördern. Gemeinschaft stärken.

Sie möchten Sportgruppen betreuen, Menschen für Bewegung begeistern und sich persönlich weiterentwickeln?

Mit der DOSB-Lizenz Übungsleiter-C Breitensport erwerben Sie fundiertes Fachwissen und praktische Kompetenzen für die Planung und Durchführung von Sport- und Bewegungsangeboten für Erwachsene und ältere Menschen

IHRE VORTEILE

- Anerkannte DOSB-Lizenz
- Praxisnahe Ausbildung mit erfahrenen Referierenden
- Qualifikation für die Vereinsarbeit
- Wissen zu Gesundheit, Training und Bewegung
- Persönliche Weiterentwicklung
- Ausbildung direkt in Oberfranken (Kulmbach)



Voraussetzungen

✓ Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein ✓ Vollendung des 16. Lebensjahres ✓ Sporttauglichkeit

BASIS | DER IDEALE EINSTIEG

Inhalte

- Strukturen des organisierten Sports
- Rolle als Übungsleiterin oder Übungsleiter
- Pädagogische Grundlagen
- Bewegungs- und Trainingslehre
- Circuittraining
- Kleine Spiele
- Entspannung und Körperwahrnehmung

Termine

- 27.02.2027
- 28.02.2027
- 06.03.2027

30 UE

80 € Frühbucherpreis (bis 06.12.2026)

85 € regulär

AUFBAU | WISSEN VERTIEFEN

Inhalte

- Sportbiologie
- Psychologie im Breitensport
- Fitness und Gesundheit
- Kleine und große Sportspiele
- Leichtathletische Grundformen
- Turnen an Geräten
- Stressbewältigung und Entspannung
- Lehrversuche

Termine

- 07.03.2027
- 13./14.03.2027
- 10./11.04.2027
- 17.04.2027

60 UE

150 € Frühbucherpreis (bis 14.12.2026)

170 € regulär

PRÜFUNG | DER LETZTE SCHRITT

Inhalte

- Gesunde Ernährung
- Prävention sexualisierter Gewalt
- Trendsport und Outdoor-Angebote
- Lehrprobe
- Schriftlicher Theorietest

Termine

- 18.04.2027
- 24.04.2027
- 01./02.05.2027

Zusätzliche Voraussetzung

Erste-Hilfe-Kurs (9 UE, nicht älter als zwei Jahre)

30 UE

80 € Frühbucherpreis (bis 25.01.2027)

85 € regulär

JETZT INFORMIEREN und ANMELDEN

www.blsv-qualinet.de

Lehrgangsnummern:

- ♦ Modul 1: **104CEB0127**
- ♦ Modul 2: **104CEA0127**
- ♦ Modul 3: **104CEP0127**



**BEZIRK
OBERFRANKEN**
Gefördert mit Mitteln des
Bezirks Oberfranken