

Osnamotion mit aktuellen Fitness-Trends – Fotoalbum online

Auf eine rundherum gelungene Veranstaltung konnte das Organisationsteam des StadtSportBundes am letzten Samstag zurückblicken. Nachdem die Sporthalle der IGS Eversburg aufgrund von Baumaßnahmen in diesem Jahr nicht zur Verfügung



stand, wurde die Veranstaltung erstmals in der VereinsSporthalle Limberg ausgerichtet. Dabei zeigten die Presenter den insgesamt 135 begeisterten Teilnehmern auf zwei Bühnen die aktuellen Fitness-Trends.

Die Osnamotion ist eine Veranstaltung des StadtSportBundes Osnabrück und wird vom Turnkreis-Osnabrück unterstützt. Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in die aktuellen Fitness-Trends, gezeigt von Presentern, die internationales Top-Niveau präsentieren.

Allen voran Andreas Goller aus Hamburg. Der international bekannte Fitness-Pädagoge gab zum wiederholten Male seine Visitenkarte in Osnabrück ab und zeigte, ebenso wie Serkan Vural aus Berlin, wie eine moderne Übungsstunde im Bereich Fitness aufgebaut werden sollte. Die Choreographin Tatjana Jentsch aus Münster präsentierte neue Choreographien und die Osnabrückerin Julia Matus zeigte, wie eine Pilatesstunde mit athletischer Ausrichtung aufgebaut wird.

Insgesamt eine gelungene Veranstaltung, die auch im fünfzehnten Jahr nichts von ihrer Attraktivität eingebüßt hat. Die überaus positive Resonanz der Teilnehmer ist Ansporn für

den StadtSportBund das erreichte Niveau zu halten und die Veranstaltung auch im kommenden Jahr mit neuen Akzenten zu entwickeln. Schließlich ist die Osnamotion ein ganz wichtiger Baustein im Ausbildungskonzept des StadtSportBundes.

Hier gibt es weitere Informationen zu den Aus- und Fortbildungslehrgängen des StadtSportBundes.

Fotoalbum der Osnamotion 2017

Qualifix-Seminar zu den neuen Sportförderrichtlinien des SSB

Ab dem 01.01. nächsten Jahres treten die neuen Sportförderrichtlinien des StadtSportBundes Osnabrück in Kraft. Am 30. November stellen wir sie in einem Qualifix-Seminar vor und erörtern die Zuschussmöglichkeiten, die sie bieten.



8953 – Neue Sportförderrichtlinien des SSB – NEU!!!

Termin : Donnerstag, 30. November 2017, 18:30 bis 22:00 Uhr

Ort : Osnabrück

Referent: Ralf Dammermann (SSB Osnabrück)

Kosten: 10,00 Euro

Anmeldeschluss: 22. November 2017

4 LE Anerkennung zum "Vereinsmanager C "

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)

[Anmeldung online](#)

Neuste Inhalte beim Aufbaulehrgang Gesundheitssport vermittelt

Der Aufbaulehrgang Gesundheitssport innerhalb der Ausbildung zum Übungsleitenden B „Sport in der Prävention“ hat begonnen. Im ersten Lehrgangsteil wurden sowohl die Themen des Basislehrgangs vertieft, als auch Aspekte der Sportmedizin und Ernährung hinzugenommen. Das Lehrgangsteam legte dabei viel Wert auf Aktualität. So wurden die neusten vom LandesSportBund ausgearbeiteten Inhalte vermittelt, obwohl diese erst im nächsten Jahr in gedruckter Form erhältlich sind.



Zusätzlich erhielten die Teilnehmenden eine Einführung in die Serviceplattform „SPORT PRO GESUNDHEIT“ des DOSB mit den dazu gehörigen Masterprogrammen. Dies qualifiziert sie, direkt nach dem Erwerb der B-Lizenz entsprechende Präventionskurse im Verein anzubieten, deren Teilnehmerbeitrag von den Krankenkassen bezuschusst wird.

Neuer Veranstaltungsort für Osnamotion

Die diesjährige Osnamotion findet am 11. November in der VereinsSporthalle Limberg in Osnabrück-Dodesheide statt. Aufgrund von Umbauten steht der bisherige Veranstaltungsort in Eversburg in diesem Jahr nicht zur Verfügung, sodass der StadtSportBund Osnabrück gezwungen ist, mit seiner beliebten Fitness-Convention in den Osnabrücker Norden zu wechseln.



Andi Goller, Julia Matus und Serkan Vural sind auf der Osnamotion bestens bekannte Presenter, die in ihren Masterclasses immer wieder für tolle Stimmung sorgen und neue Inhalte vermitteln. Athletik Pilates Workout, Functional Dance, Core XXL, Step Tabata Intervall, FlowinMotion, sowie verschiedene spannende Step-Aerobic-Stunden bilden deren Programm.

Erstmals verpflichtet werden konnte Tatjana Jentsch. Die Tanzlehrerin aus Münster stellt im „Latin Dance Experience“ und „Jazzfunk“ Style und Feeling in den Vordergrund.

Die neue Adresse der Osnamotion 2017:

**VereinsSporthalle Limberg in der ehemaligen Kaserne am Limberg
Am Limberg 1, 49088 Osnabrück**

Zur Wegbeschreibung

Anmeldungen werden weiterhin unter www.ssb-osnabrueck.de entgegengenommen. Es sind noch Plätze frei! Informationen gibt der SSB unter 0541/ 98 25 9-12 oder heiko.bruening@ssb-

Neue Sportassistenten in Osnabrück ausgebildet

Wie in jeder Herbstferien wurden vom 7.10.-10.10.2017 die Sportassistenten durch die Sportjugend des StadtSportBundes Osnabrück ausgebildet. 18 Jungen und Mädchen zwischen 13 und 15 Jahren kamen in der Jugendherberge Osnabrück



zusammen, um sich von Lisa Wittling, Melanie Müller und Svenja Dopsloff u.a. im Anleiten und Umgang mit Gruppen, Sicherheit in der Sporthalle, Strukturen des Sports sowie dem Planen und Durchführen einer Übungsstunde ausbilden zu lassen.

Neben den theoretischen Inhalten und den Anregungen für die Praxis, stellten sich die Jugendlichen der Herausforderung, selbst ein Projekt zu planen und durchzuführen. Die motivierten Jungs und Mädchen konzipierten eine fantasievolle Bewegungslandschaft im Ritterzeitalter, in der sich die Kinder der Lukas Kindertagesstätte Osnabrück austoben durften. Wohlverdient für die tolle Umsetzung der Inhalte in ihrem eigenen Sportprojekt, nahmen die 18 Jugendlichen ihre Zertifizierung zum Sportassistenten entgegen.

Wir von der Sportjugend Osnabrück wünschen den Jungs und Mädels viel Spaß bei der Umsetzung der Praxis in ihrem Verein, bedanken uns für die schöne Zeit und hoffen den Einen oder

Anderen bald bei der Übungsleiterausbildung wieder zu sehen!

Fußball-Trainerlehrgang für Geflüchtete

Zum zweiten Mal nach 2016 findet am **07.10./08.10. – 14.10./15.10.2017** mit dem Niedersächsischen Fußballverband (NFV) die Durchführung des Qualifizierungsangebots „NFV socceR(EFUGEE)coach“ in Osnabrück statt. Es handelt sich um einen 4-tägigen Lehrgang und bietet eine umfassende fußballspezifische Qualifizierung für Geflüchtete. Der kostenlose Lehrgang findet im Vereinssportzentrum am Limberg statt.



In der überwiegend praxisorientierten Ausbildung zum „NFV socceR(EFUGEE)coach“ werden folgende Inhalte vermittelt: Übungen zum Aufwärmen, der Koordination, Kondition, Technik und Taktik. Einblick in die Vereinsarbeit.

Ziel ist es, durch die Ausbildung schnell und einfach in den Verein integriert zu werden, z. B. als Trainer, Co-Trainer oder Betreuer.

Flyer_SoccerRefugeeCoach und Anmeldeformular NFV_SRC_Osna

Weitere Informationenerhalten Interessierte beim StadtSportBund Osnabrück, Telefon: 0541 98259-14 oder per E-Mail an:

Qualifix-Seminar zur Versicherung von Sportvereinen über die Sportbünde

Die Sportregion Osnabrück veranstaltet am Donnerstag, dem 26. Oktober, in Osnabrück ein Qualifix-Seminar zum Sportversicherungsvertrag in Niedersachsen, den der LandesSportBund Niedersachsen für seine Sportvereine abgeschlossen hat.



Ausführlich besprochen werden im Seminar die Grundsätze der Sportversicherung, der Leistungsumfang der einzelnen Sparten des Sportversicherungsvertrages, der Unfall-Deckungsschutz für Kinder/ Jugendliche sowie der Versicherungsschutz über die Verwaltungsberufsgenossenschaft. Referent ist Dietmar Fischer aus Ibbenbüren.

Das Seminar findet am 26. Oktober von 18:30 Uhr bis 22:00 Uhr in Osnabrück statt. Anmeldungen werden unter www.ssb-osnabrueck.de entgegengenommen, weitere Auskünfte unter 0541/ 98 25 9-12 erteilt. Anmeldeschluss ist am 16. Oktober.

Termin : Donnerstag, 26. Oktober 2017, 18:30 bis 22:00 Uhr

Ort : Osnabrück

Referent: Dietmar Fischer (Ibbenbüren)

Kosten: 10,00 Euro

Anmeldeschluss: 16. Oktober 2017

4 LE Anerkennung zum "Vereinsmanager C "

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

ÜL - Lehrgang „Inklusion: Gemeinsam Wege suchen“

Die Sportregion Osnabrück Stadt und Land veranstaltet am 14./15. Oktober und am 18./19. November 2017 jeweils ganztägig einen Übungsleiter-Lehrgang zum Thema Inklusion in der Übungsstunde. Inklusion ist: wenn Alle mitmachen können, wenn Keiner



ausgeschlossen wird: wenn Unterschiedlichkeit kein Problem ist, wenn Anderssein normal ist. Folgenden Fragen soll im Lehrgang nachgegangen werden: Wie kann Inklusion im Übungsbetrieb gelebt werden? Was brauche ich, um Angebote so auszurichten, dass Menschen mit und ohne Behinderung teilnehmen können? Wir wollen Methoden für die Sportpraxis gemeinsam erproben, bewährte Modelle kennen zu lernen und kreative neue Wege zu finden.

Anmeldungen können nur über unser Anmeldeformular entgegengenommen werden. Dies kann über den Link heruntergeladen werden.

5917 – Spezialblockbaustein „Inklusion: Gemeinsam Wege suchen“

Termin: 14./15. Oktober und 18./19. November 2017

Ort: Osnabrück

Referenten: Jutta Schlochtermeyer (SSB), Michael Schoo und Kai Schröder (BSN)

Kosten: 105,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 27. September 2017

40 LE Anerkennung zur Ausbildung und zur Fortbildung "ÜL C-Breitensport"

Anmeldung zum Ausdrucken

Basislehrgang Gesundheitssport gestartet



Ein Thema des gesundheitsorientierten Ausdauertraining war das „pulsen“.

Der Basislehrgang Gesundheitssport zum ÜL B „Sport in der Prävention“ hat begonnen. Unser Lehrteam mit Reinhard Langemeyer, Monika Gümpel, Katja Hebbe, Jan Grote und Heiko Brüning hat bei den Teilnehmenden die ersten Grundlagen für

qualifizierte Präventionsstunden gelegt. Konkrete Inhalte waren Sport und Gesundheit, die Gesundheitssportstunde und gesundheitsorientiertes Ausdauertraining.

Qualifix-Seminar zur Gewinnung von ehrenamtlichen Mitarbeitenden im Sportverein

Die Sportregion Osnabrück Stadt und Land e.V. veranstaltet am Donnerstag, dem 14. September, abends in Osnabrück ein Qualifix-Seminar zur Gewinnung von Mitarbeitenden im Sportverein.



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind in Sportvereinen eine mindestens ebenso wichtige Ressource wie Geld. Dass es auch genügend Menschen gibt, die bereit sind, sich freiwillig und ehrenamtlich zu engagieren, behaupten wissenschaftliche Untersuchungen. Trotzdem ist es nicht immer leicht, jemanden zu finden, der sich ehrenamtlich engagieren möchte.

Dieses Seminar zeigt, wie wichtig die Ressource „Mensch“ in unserem Sportverein ist. Es werden Möglichkeiten erarbeitet, zukünftige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu gewinnen. Besonderes Augenmerk wird dabei auf die Grundzüge der Motivation im Ehrenamt, der Vorbereitung erfolgreicher Gespräche und der Eckpfeiler von guten Vereinbarungen gelegt.

Termin : Donnerstag, 14. September 2017, 18:30 bis 22:00 Uhr

Ort : Osnabrück

Referent: Christoph Glüsenkamp (Osnabrück)

Kosten: 10,00 Euro

Anmeldeschluss: 04. September 2017

4 LE Anerkennung zum "Vereinsmanager C "

Bedeutung und Situation des Ehrenamtes in der Vereinslandschaft – Bedürfnisse, Motivation, Lebensalter und ehrenamtliche Arbeit – Motivationsstrukturen für ehrenamtliche Arbeit – Gespräche und gute Vereinbarungen mit ehrenamtlichen Mitarbeitern

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online