

Sportjugend und Budo-Center Osnabrück e.V. danken Alex Merk für sein Engagement als Trainer.

Am 29.11.2023 wurde Alex Merk vom Budo-Center Osnabrück e.V. im Rahmen des Projektes „Soziale Talente im Sport“ ausgezeichnet.



Alex ist seit Sommer 2018 als Kindertrainer tätig. Das Training leitet er zweimal die Woche vor dem Erwachsenentraining. An diesem nimmt er anschließend selbst teil. Diese Tätigkeit übte er zuvor neben der Schule und nun neben der Ausbildung aus. Dabei ist er immer sehr zuverlässig und engagiert.

Für die langjährige gute Zusammenarbeit bedankt sich der Budo-Center Osnabrück e.V..

Stellvertretend für die Sportjugend wurde Alex von Lea Richter mit einem kleinen Präsentbeutel überrascht.

Sportjugend und RW Sutthausen danken Till Schmitz für seine Tätigkeit als Jugendtrainer

Till Schmitz wurde ausgezeichnet für sein Engagement als Junior-Trainer des Fußball-Jahrgangs 2010 beim Rot-Weiß Sutthausen.



Schon länger ist Till bei RW Sutthausen als Trainer aktiv. Deshalb wurde er von Lea Richter von der Sportjugend Osnabrück mit einem Präsentbeutel überrascht.

Ausbildung zum ÜL C „Breitensport“ 2024

Unsere nächste Ausbildung zum ÜL C „Breitensport“ beginnt am 24./25. Februar und am 09./10. März mit dem Modul C-30 „Sport verstehen und vermitteln“ (Präsenz). Im April geht es mit dem Modul C-40 „Kinder bewegen und begleiten“ (Präsenz) weiter.



Um die Ausbildung kompakter zu gestalten bieten wir 2024 darüber hinaus einen C-50-Flexblock zur Ausbildung und Lizenzverlängerung im Mai an.

Für weitere Infos und zum Anmelden folgen Sie bitte den nachfolgenden Links.

- **Ausbildung zur Übungsleiter:in C „Breitensport“**

- Modul C-30: 24./25.02.24 und 09./10.03.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- Modul C-40: 13./14. und 27./28.04.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- C-50-Flexblock zur Ausbildung und Lizenzverlängerung: 25./26. 05.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- Informationen zur Ausbildung gibt es hier (die Termine werden dort noch aktualisiert)
:<https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/ausbildung-uel-c-breitensport/>

Lehrgangsangebot 2024 online

Unser Lehrgangsangebot für das neue Jahr ist größtenteils fix und kann im Bildungsportal abgerufen werden unter https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche/?select_sportregion=7. Folgende Ausbildungen haben wir 2024 für euch im Programm:



- **Ausbildung zur Übungsleiter:in C „Breitensport“**

- Modul C-30: 24./25.02.24 und 09./10.03.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- Modul C-40: 13./14. und 27./28.04.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- Informationen zur Ausbildung gibt es hier (die Termine werden dort noch aktualisiert)
: <https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/ausbildung-uel-c-breitensport/>
- **Ausbildung zur Übungsleiter:in B „Sport in der Prävention“**
 - Basislehrgang Gesundheitssport – Blended Learning Format:
Online-Phase 26.08.24 bis 15.09.24
Präsenzphase 07./08.09.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
 - Aufbaulehrgang Gesundheitssport: 28./29.09.24 und 26./27.10.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
 - Abschlusslehrgang Gesundheitssport: 23./24.11.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
 - Informationen zur Ausbildung gibt es hier (die Termine werden dort noch aktualisiert):
<https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsl-eiterlehrgaenge/ausbildung-uel-b-sport-in-der-praevention/>
- **Jugendleiter:innenausbildung (Juleica):** 25.03.24 bis 30.03.24 in Rieste
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- **Sportassistent:innenausbildung:** 14. bis 17.10.24 in Osnabrück
zu weiteren Infos und zur Anmeldung
- Unser **Fortbildungsangebot** entnimmt bitte dem Link oben.
Es wird noch erweitert.

Übungsleiterausbildung: Basismodul C-30 im September

Nach den Sommerferien bieten wir das Basismodul C-30 „Sport verstehen und vermitteln“ unserer Ausbildung zum Übungsleitenden C „Breitensport“ mit Format „Blended Learning“ an.



„Blended Learning“ bedeutet, dass es vor und nach dem Präsenzwochenende am 23./24. September Online-Phasen gibt, in denen auf dem Online-Sportcampus des Landessportbundes Niedersachsen Aufgaben bei freier Zeiteinteilung (innerhalb eines vorgegeben Rahmens) zu bearbeiten sind. Veranschaulicht wird das in diesem Video:

„Sport verstehen und vermitteln“ erörtert wichtige Themen, die für jede Sportart relevant sind. Die Leitung von Gruppen, das Selbstverständnis der eigenen Rolle als Übungsleiter*in oder Trainer*in sowie das Planen von Sport- und Trainingsangeboten sind die Kernthemen dieses Moduls. Es ist ein Baustein innerhalb der Ausbildung zum Übungsleitenden C „Breitensport“ des Landessportbundes Niedersachsen. Mehr zur Ausbildung gibt es [hier](#):

<https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/ausbildung-uel-c-breitensport/> oder im Video ganz unten!

27016 – „C-30 Sport verstehen und vermitteln“ (Blended Learning – Präsenz- und Onlinephasen)

Termin Präsenzphase: 23./24. September 2023, Sa., 09:30-18:30 Uhr, So., 09:00-18:00 Uhr

Termin Online-Phase: vom 10. bis 30. September 2023 müssen Aufgaben online bearbeitet werden mit freier Zeiteinteilung

Pflichttermin in der Online-Phase: Kick-Off-Meeting am Dienstag, dem 12. September, um 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Kosten: 90,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 24. August 2023

Anmeldung zum Ausdrucken

ÜL/T-Bezuschussung für 2023

Seit dem 15. März haben die Vereine die Möglichkeit, für die Tätigkeit ihrer lizenzierten Übungsleiter:innen Zuschüsse für das Abrechnungsjahr 2023 im LSB-Intranet zu beantragen. Die Bearbeitung hierfür ist bis zum 31. Mai 2023 freigeschaltet,



eine Verlängerung dieser Frist ist ausgeschlossen. Voraussetzung hierfür ist ein administrativer Zugriff für die Bearbeitung der ÜL/T im LSB-Intranet. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an silke.koegler@ssb-osnabrueck.de !

ÜL-B-Fortbildung „Beweglichkeit für die Wirbelsäule“ am 03.12.

Das Thema „Beweglichkeit für die Wirbelsäule“ hat unsere Online-Abstimmung gewonnen und wird als Wunschthema am 03. Dezember in Präsenz angeboten. Unsere Referentin dafür wird Tanja Feyer sein, die vielen Übungsleitenden von unseren ÜL-B-Fortbildungen bekannt ist.



Anmeldungen werden ab sofort entgegen genommen.

21395 – *Beweglichkeit für die Wirbelsäule*

Wunschthema nach Online-Abstimmung

Termin: Samstag, 03. Dezember 2022, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Tanja Feyer

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 22. November 2022

5 LE Anerkennung zur 2. Lizenzstufe des LSB und aller Lizenzen des BSN.

Anmeldung online

Osnamotion Erwartungen

erfüllt

Ein sehr positives Feedback erhielt unsere Osnamotion am vergangenen Samstag. Die überwiegende Mehrheit der Teilnehmenden gab an, dass ihre Erwartungen an die Veranstaltung zu 100% erfüllt wurden und bedachte unsere Presenter*innen auf den Rückmeldebögen mit der höchsten Bewertung.



Andreas Goller, Marcel Kuhn, Julia Matus, Ann-Kathrin Jeda und Lisa Schönknecht boten in ihren Masterclasses eine Themenvielfalt an, die bei den Teilnehmer:innen Anklang fand: Pilates grüßt Faszien, Vinyasa Power Yoga, Functional Body Workout, Fatburner Step, Full Body Workout – New Style, Power Chi®, Wirbelsäule – New Ideas, Step on Fire, Yin-Yoga und Functional Athletik Intervall lauteten die konkreten Kurse.

Im nächsten Jahr hat die Osnamotion Jubiläum: Gestartet als Aerobic Convention geht sie in ihr 20. Veranstaltungsjahr. Die Vorbereitungen laufen und wir freuen uns darauf!





Als
Jubiläumszug
abe findet
am 10.
November
abends eine
Pre-Motion-
Exclusiv-
Session mit
Andi Goller
statt.



Aktuelle ÜL-Fortbildungen: Anatomie, Vielfalt, Trendsport + Wunschthema per Online-Abstimmung

„Fit für die Vielfalt“
(19./20.11.) und unser **ÜL-B-
Wunschthema mit Online-
Abstimmung (01.12.)** sind die
Inhalte unserer
Präsenzfortbildungen im
November und Dezember. Die
Juleica-Fortbildung „Trendsport“



(26. 11. in Präsenz) kann ebenfalls zur Verlängerung der C-
Lizenz genutzt werden. Das stark nachgefragte Online-Seminar
„**Anatomie von ausgewählten Fitnessübungen**“ (15.11.) und
natürlich die **Osnamotion** (12.11.) – unsere große Fitness-
Convention – runden unser Angebot ab.

Für das ÜL-B-Wunschthema haben wir über das Jahr hinweg auf
unseren Fortbildungen Vorschläge für die Themenauswahl
gesammelt. Hier sind die zur Wahl stehenden Themen aufgeführt
und ihr könnt direkt dafür abstimmen. Ende der Abstimmung ist
am 14.11. um 23:59 Uhr!

21395 – Wunschthema nach Online-Abstimmung

Termin: Samstag, 03. Dezember 2022, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin:

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 18. November 2022

5 LE Anerkennung zur 2. Lizenzstufe des LSB und aller Lizenzen des BSN.

Präsenzlehrgang mit eurem Wunschthema, das per Online-Abstimmung über unsere Homepage ermittelt wird. Abstimmen könnt ihr direkt unten!

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)

[Anmeldung online](#)

This poll is no longer accepting votes

Anonymous Vote

Sign in with WordPress

Stimme für dein Thema ab! Welches der drei genannten Themen sollen wir am 03.12. anbieten?

- Beweglichkeit für die Wirbelsäule
- Yoga für Senioren
- Zirkeltraining im Gesundheitssport

Abstimmen

x

Username or Email Address

Password

Log In

No account? Register here

Forgot password

21411 – **Anatomie von ausgewählten Fitnessübungen – Online-Seminar**

Termin: Dienstag, 15. November 2022, 18:00 bis 19:30 Uhr

Ort: LSB-Online-Campus

Team: Philipp Keil und Kirsten Lampe

Kosten: keine – **NEU!**

Anmeldeschluss: 31. Oktober 2022

2 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz und für den C-50 Flexbereich.

Klassische Übungen aus dem Fitnesstraining effektiv gestalten. Wir geben einen Einblick in die Anatomie der Muskeln, Sehnen

und Bänder zu den Übungen. Was kann ich erreichen, wenn ich meine Übung variiere?

Diese Veranstaltung wird als Online-Seminar durchgeführt. Voraussetzungen dafür sind ein internetverbundener PC, Webcam, Headset mit Mikrofon (von Lautsprechern raten wir ab). Meldeschluss ist 48 Stunden vor Beginn der Veranstaltung. Details und Zugangsdaten werden nach erfolgreicher Anmeldung verschickt.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

21423 – **Fit für die Vielfalt**

Termin: Samstag/Sonntag, 19./20. November 2022, Sa. 09:30 bis 18:00 Uhr; So. 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Team: LSB Niedersachsen

Kosten: 00,00 Euro

Anmeldeschluss: 04. November 2022

15 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz und für den C-50 Flexbereich.

Der Baustein ist prozessorientiert und auf Erfahrungslernen angelegt. Im Mittelpunkt stehen die Teilnehmenden mit ihren Erlebnissen, Interessen und Motiven. Fünf Themengebiete ("Spielfelder") bilden den Rahmen für die Schulung der interkulturellen Handlungskompetenzen: Gefühle, Irritationen, Fremdheit – (Kulturelle) Ressourcen – Wahrnehmung und Kommunikation – Werte und Konflikte – Kulturelle Vielfalt im Sport.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

22232 – **Osnamotion**

Termin: Samstag, 12. November 2022, 09:00–16:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Anmeldung über eine Extra-Ausschreibung

4 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz und der Aerobic-C-Lizenz des NTB

In zehn Masterclasses werden aktuelle Trends und Anregungen aus dem Fitnesstraining von internationalen Top-Presentern vorgestellt. In Kooperation mit dem NTB.

Weitere Infos

20525 – Jugendleiterfortbildung „Trendsport“

Termin: Samstag, 26. November 2022, ganztägig

Ort: Osnabrück

Teamer*innen: Philipp Keil und Sophie Römer

Kosten: 25,00 € inkl. Verpflegung (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 11. November 2022

Anerkannt zur Verlängerung der Juleica. Diverse Inhalte der sportlichen Jugendarbeit mit dem Schwerpunkt Trendsport werden thematisiert.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

**Osnamotion am 12. November
mit Andi Goller und Marcel
Kuhn**

Unsere diesjährige **Osnamotion** findet am **12. November** in der IGS **Eversburg** in **Osnabrück** statt! Wir freuen uns darauf und haben ein tolles Programm für alle **Aerobic-** und **Fitnessbegeisterten** zusammengestellt!



Das genaue Programm, den Ablauf und die Anmeldungen findet wie immer auf unserer Homepage unter <https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/osnamotion/>.

Unsere Presenter*innen:

Andi Goller, Marcel Kuhn, Julia Matus, Ann-Kathrin Jeda und Lisa Schönknecht

Die Masterclasses/Workshops:

Pilates begrüßt Faszien, Vinyasa Power Yoga, Functional Body Workout, Fatburner Step, Full Body Workout – New Style, Power Chi®, Wirbelsäule – New Ideas, Step on Fire, Yin-Yoga und Functional Athletik Intervall – kurze Beschreibungen dazu gibt es auf unserer Homepage ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/osnamotion/.