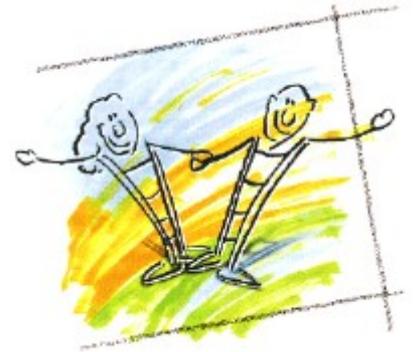


# ÜL-C-Fortbildung „Spiele ohne Gewinner“ am 25. Juni und Akademie-Forum im Juli

Am 25. Juni findet unsere ÜL-C-Fortbildung „Spiele ohne Gewinner“ statt. Inhalt ist das praktische Kennenlernen von Spielen und Übungen, die vor allem den Gruppenzusammenhalt stärken. Nicht nur in der Orientierungsphase beim Kennenlernen sind Gruppenaufgaben wichtig. Auch wenn die ersten Konflikte entstehen und die unterschiedlichen Rollen gefestigt werden, sind diese Spiele sinnvoll einsetzbar. Zudem machen diese Art von Spielen sehr viel Spaß und bringen neue Ideen und Impulse in die Übungsstunde. In einem dazugehörigem Theorieteil wird reflektiert in welchen Gruppen die Spiele und Übungen einsetzbar sind.



Es sind noch Plätze frei – Anmeldungen bitte nur über die Links.

Darüber hinaus veranstaltet der **Landessportbund Niedersachsen** am **09. Juli** mit dem KSB Emsland in Sögel das **Akademie-Forum „Gesund und aktiv im Sportverein – Chancen und Umsetzungsmöglichkeiten“**. Weitere Infos dazu sind hier zu finden:

<https://www.akademie.lsb-niedersachsen.de/programm/akademie-foren/gesund-und-aktiv-im-sportverein>.

**21459 – Spiele ohne Gewinner**

*Termin: Samstag, 25. Juni 2022, 09:00 bis 13:30 Uhr*

*Ort: Osnabrück*

*Referentin: Dörte Brockhage*

*Kosten: 15,00 Euro*

Anmeldeschluss: 10. Juni 2022

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

Diese Fortbildung ist im C 50-Flexbereich der ÜL-C-Ausbildung Breitensport des LSB Niedersachsen anerkannt.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

# Lehrgangskalender veröffentlicht

# 2022

Erstmalig in diesem Jahr wird unser Lehrgangsangebot nicht als Broschüre, sondern als Lehrgangskalender veröffentlicht. Darin sind in einem übersichtlichen Format kalendarisch alle

Schulungsangebote aufgeführt – für Übungsleiter:innen, Jugendleiter:innen und Vorstandsmitarbeiter:innen. Die konkreten Inhalte der einzelnen Schulungen können auf unserer Homepage eingesehen werden.



- Übungsleiterlehrgänge
- Sportassistentenausbildung
- Qualifix-Seminare
- Juleica-Lehrgänge

Hier kann der Kalender heruntergeladen werden.

---

# ÜL-B-Fortbildung zum Thema Demenz abgesagt

Aufgrund der aktuellen Corona-Lage – den Fallzahlen und auch der Situation in den Testzentren – haben wir uns kurzfristig entschlossen die für Samstag (04.12.) geplante Fortbildung „Spielideen zur Förderung der Koordination für Menschen mit beginnender Demenz“ abzusagen. Trotz 2G+ möchten wir für alle Eingebunden – Teilnehmende und Teamer:innen – kein Risiko einer Infektion eingehen, zumal das Thema ohne Körperkontakt nicht sinnvoll zu vermitteln ist.



Wir weisen aber auf unser Lehrgangsangebot 2022 hin, das brandaktuell in den letzten Tagen online gestellt wurde:

- Für ÜL - C:  
<https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/fortbildung-uel-c-breitensport-flexbereich/>
- Für ÜL - B:  
<https://ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/fortbildungen-uel-b-praeventions-reha-und-behindertensport/>



# Osnamotion: Powerkurse stark nachgefragt – Fotos im Beitrag

„Functional Flow“ und „Coordination & Balance Trainings“ waren die begehrtesten Kurse auf der diesjährigen Osnamotion des StadtSportBundes Osnabrück. „Functional Flow“ ist ein Workout für den gesamten Körper,



das mit fließenden Übergängen zwischen den Übungen zu Musik durchgeführt wird. Presenterin Pia Victoria Thiemann aus Berlin bestach bei ihren Kursen durch ihre motivierende Art, die von vielen Teilnehmenden hervorgehoben wurde.

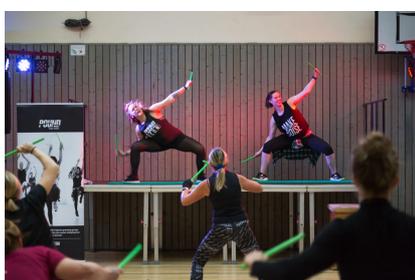
Über 100 Fitnessbegeisterte trafen sich vergangenen Samstag in der VereinsSporthalle Limberg in Osnabrück, um ihrem Hobby im Gemeinschaftserlebnis nachzukommen. Das vom StadtSportBund Osnabrück veranstaltete Event wurde dieses Jahr erstmals mit Kursauswahl schon bei der Anmeldung durchgeführt.

Zu den wichtigen sportmotorischen Eigenschaften zählen Koordination und Balance. Stabilisierung von Bändern, Gelenken Muskeln und Sehen sowie ein unterstützendes Gleichgewichtstraining erlebten die Teilnehmer:innen bei den „Coordination & Balance Trainings“ von Rebecca Barthel aus Hamburg, die mit TOSO X Step und Functional Circuit zwei weitere Powerkurse anleitete.

Die Step-Kurse führte Janneke Bakker aus den Niederlanden durch. Ihre energiegeladene und begeisternde Art wurde von den Teilnehmenden zu 100% mit „Doppelsmiley-Bewertungen“ honoriert – ein Feedback, das ebenfalls von der Osnabrückerin Julia

Matus mit „Pilates Flowing Pairs“ erreicht wurde. Dabei werden immer zwei klassische Pilates-Übungen kreativ miteinander kombiniert, sodass sie im Flow hintereinander trainiert werden können. Der Kurs war im Vorfeld am schnellsten ausgebucht.

Erstmalig dabei und ebenfalls aus Osnabrück präsentierte Ann-Kathrin Jeda Dance-Yoga oder DaYo. Beim DaYo verschmelzen klassische Yogaelemente mit tänzerischen Schrittfolgen zu einer fließenden Choreografie – für viele ein optimaler Ausklang des Events.





Mehrzweckraum



Trainingshalle



# Osnamotion: Hinweise

Wir freuen uns auf die Osnamotion morgen mit euch! Bitte denkt an die Infos, die wir euch mit unserer Anmeldebestätigung verschickt haben:



- Unbedingt den 2G-Nachweis mitbringen!!  
Um eine sicher Veranstaltung zu garantieren, werden wir alle am Eingang kontrollieren. Deshalb:
- Bitte kommt rechtzeitig!
- Location ist in diesem Jahr die VereinsSporthalle Limberg.  
Anfahrt
- Bitte eigene Matten mitbringen.

---

## ÜL beim Piesberger SV gesucht

Der Piesberger Sportverein in Osnabrück Pye sucht ab dem 14.10.2021 zur Krankheitsvertretung bis zum Ende des Jahres einen Übungsleiter/ eine Übungsleiterin für folgende Gruppen:



- Turnen und Spiele für Kinder ab 6 Jahren am Mittwoch von 15 – 16 Uhr.
- Volleyball und andere Spiele für Mädchen ab 9 Jahren am

Mittwoch von 16 – 17 Uhr

- Trampolin Einsteiger und Fortgeschrittene am Donnerstag von 15:30 – 17:30 Uhr (hier ist ein Trampolinschein Voraussetzung)
- Turnen für Eltern mit Kind am Freitag von 15:30 – 17 Uhr

In allen Gruppen stehe ausgebildete Sportassistentinnen zur Seite, die die Kinder kennen und die Gruppe schon lange betreuen. Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an Tanja Sandmann, Tel. 0173/2091408 oder Iris Unland Tel. 01573 0912118.

---

## **Osnamotion: dieses Jahr am 13. November in der VereinsSporthalle Limberg**

Wir freuen uns, dass die Osnamotion wieder stattfinden kann und haben ein tolles Programm für alle Aerobic- und Fitnessbegeisterten zusammengestellt – in diesem Jahr in der VereinsSporthalle Limberg und mit der 2G-Regel.



Aufgrund der Pandemie und der Räumlichkeiten können wir 2021 nur eine begrenzte Teilnehmerzahl aufnehmen: maximal 120 Personen.

Weiterhin müssen wir die Anzahl der Plätze in den Masterclasses/Workshops begrenzen. Deshalb müssen bei der Anmeldung die gewünschten Workshops angegeben werden. Ist ein Workshop schon ausgebucht, erfolgt automatisch eine Zuordnung

in den parallel stattfindenden. Wird kein Workshop ausgewählt, erfolgt eine Zuordnung in den Workshop mit den meisten freien Plätzen.

Als Presenterinnen konnten wir Rebecca Barthel aus Hamburg, Pia Viktoria Thiemann aus Berlin, Janneke Bakker aus den Niederlanden sowie Julia Matus und Ann-Kathrin Jeda aus Osnabrück verpflichten. Langjährige Teilnehmende werden Rebecca, Janneke und Julia kennen. Sie konnten schon in den vergangenen Jahren mit ihren Stunden begeistern – Rebecca mit Power bei Coordination & Balance, TOSO X Step sowie Functional Circuit, Janneke mit Step und Julia mit Pilates.

Erstmals begrüßen können wir Pia und Ann-Kathrin. Pia steht mit POUND, HIIT und Functional Flow wie Rebecca für energiereiche Workouts. Ann-Kathrin rundet den Fitness-Tag mit DaYo (Dance-Yoga) etwas ruhiger ab.

Hier geht es zum genauen Programm und zur Anmeldung.

---

## **VfL-Gymnastikabteilung sucht ÜL für Aqua-Kurse**

Die Gymnastikabteilung des VfL Osnabrück sucht dringend eine\*n Übungsleiter\*in für einen Aqua-Kurs montags vormittags von 11.00 bis 12:15 Uhr im Schinkelbad und für dienstags nachmittags im Klinikum. Nähere Informationen erteilt Frau Sabine Wolff unter [sabinewolff959@mail.de](mailto:sabinewolff959@mail.de).



---

# ÜL-Fortbildung Spielekiste am 10.07. in Präsenz

Am 10. Juli findet unsere Übungsleiter\*innen-Fortbildung „Spielekiste“ statt. Referent Jannis Hörnschemeyer stellt „kleine Spiele“ und Variationsmöglichkeiten für alle Altersklassen vor. Die Veranstaltung wird unter Beachtung der Corona-Vorgaben in Präsenz durchgeführt.

## 14497 – Spielekiste

Termin: Samstag, 10. Juli 2021, 9:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent: Jannis Hörnschemeyer

Kosten: 30,00 Euro

Anmeldeschluss: 01. Juli 2021

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

Alle „Kleinen Spiele“ dieser „Spielekiste“ und ihre Variationen können sowohl in Kinder- und Jugendgruppen, als auch mit Erwachsenen oder mit Senioren eingesetzt werden. Auf die Variation und die Anpassung an die Gruppe kommt es an!

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)

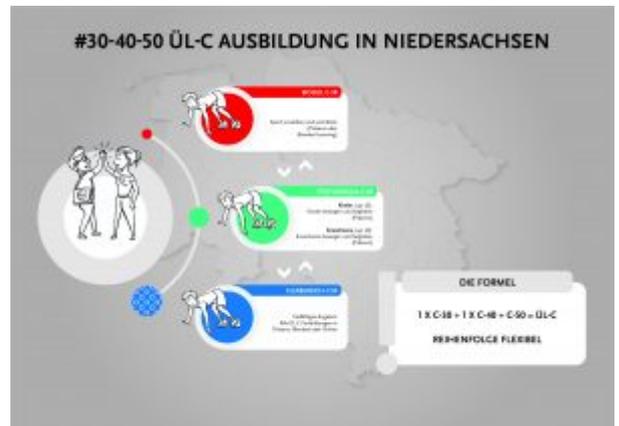
[Anmeldung online](#)

---

## Infoveranstaltung zum neuen

# Ausbildungskonzept ÜL-C Breitensport online am 6. Juli um 18 Uhr

Der LandesSportBund Niedersachsen hat im vergangenen Jahr seine Ausbildung zum Übungsleitenden C „Breitensport“ überarbeitet und ein neues Konzept erstellt, das in diesem Jahr erprobt wird. Ziel des neuen Konzeptes #30-40-50 ist es unter anderem, den Teilnehmer\*innen eine flexiblere und auf die eigenen Bedürfnisse ausgerichtete Gestaltung zu ermöglichen.



Wir stellen die neue Konzeption am Dienstag, dem 6. Juli 2021, von 18 bis 19 Uhr in einem Online-Meeting vor – inklusive der Umsetzung in Osnabrück. Über diesen Link können Sie teilnehmen:

<https://lsb-niedersachsen.edubreak.de/dialogs/attend/c17e37e5-cdc7-11eb-b45b-0c9d92c4515f>

Erste Infos zum Konzept gibt es auch auf unserer Ausbildungsseite.

Unser erster Ausbildungsblock C-30 ist nach den Sommerferien im Format „Blended Learning“ geplant:

- Online-Phase: 08.-30. September
- Präsenztage: 02. Oktober
- Lehrgangsauswertung online: 03.-05. Oktober