

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

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 variere?

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:

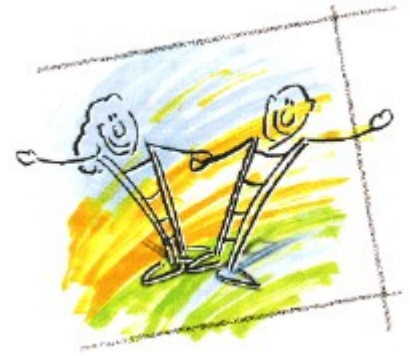
Andi Goller, Marcel Kuhn, Julia Matus, Ann-Kathrin Jeda und Lisa Schönknecht

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/.

Fortbildung „Speedspiele“ für ÜL und Sportlehrer*innen am 22.09.

Kleiner Aufwand – große Spielfreude. Bewegung und Action pur erwartet die Teilnehmer*innen dieser Fortbildung. Kleine, attraktive Spielformen, die sportartübergreifend einsetzbar sind, werden in unserem Lokalen Qualitätszirkel von Monika Gümpel vorgestellt und praktisch ausprobiert – für Schul- und Vereinsgruppen mit Kindern ab 11 Jahren. Erfindet am Donnerstag, dem 22. September, in der VereinsSporthalle Limberg statt – im Rahmen des Programms *Lernen braucht Bewegung* und in Kooperation mit der Landesschulbehörde.



Weitere Infos:

19407 – Speedspiele

*Lokaler Qualitätszirkel im Rahmen des Programms *Lernen braucht Bewegung* – In Kooperation mit der Landesschulbehörde
Anerkannt für den C-50-Flexbereich.*

Termin: Donnerstag, 22. September 2022, 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Monika Gümpel

Kosten: keine (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen und Beschäftigte einer Kita bzw. Schule in Niedersachsen), 30,00 € (für Teilnehmende aus Sportvereinen anderer Sportbünde), 50,00 € (für Teilnehmende, die nicht in einem Mitgliedsverein des DOSB organisiert oder nicht an einer Kita bzw. Schule in Niedersachsen beschäftigt sind)

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

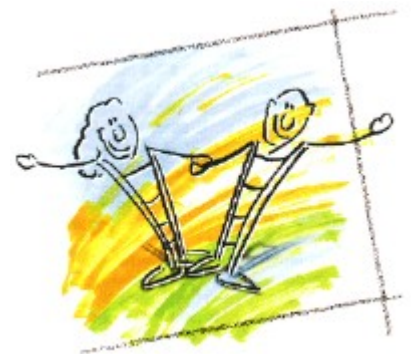
Anmeldeschluss: 07. September 2022

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

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-forum/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

ÜL-Fortbildungen nach Ostern: Denken und Bewegen, Herausforderung Differenzierung und Sportabzeichen

Unser Lehrgangsangebot für
Übungsleitende nach den
Osterferien:



- Für ÜL B „Sport in der Prävention“ und alle BSN-Lizenzen:
 - „Denken und Bewegen“ am 30. April
- Für ÜL C „Breitensport“
 - „Herausforderung Differenzierung – Wie bereite ich mich auf herausfordernde Situationen vor?“ – Online-Seminar am 03. Mai

- „Das Deutsche Sportabzeichen“ – Fortbildungen zum Erwerb der Prüferlizenz und zur Verlängerung der ÜL-Lizenz. Zum Erwerb der Prüferlizenz müssen beide Fortbildungen belegt werden. Zur ÜL-Lizenz-Verlängerung können die Schulungen auch einzeln besucht werden.
 - „Regeln und regelgerechtes Messen“ am 04. Mai
 - „Organisation und Durchführung“ am 10. Mai
-

21375 – Denken und bewegen

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

Ort: Osnabrück

Referentin: Kirsten Lampe

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 15. April 2022

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

Ein kombiniertes Training für den Körper und den Geist. Bewegungsspiele mit einfachen Materialien, schnell umzusetzen. Bewegungsabläufe, die man in den Tagesablauf integrieren kann

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

21407 – Herausforderung Differenzierung – Wie bereite ich mich auf herausfordernde Situationen vor? – **Online-Seminar**

Termin: Dienstag, 03. Mai 2022, 18:00 bis 19:30 Uhr

Ort: LSB-Online-Campus

Referentin: Dörte Brockhage

Kosten: keine – **NEU!**

Anmeldeschluss: 18. April 2022

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

Wie kann ich durch Planung und Differenzierung auf

herausfordernde Situationen reagieren und diese "frühzeitig" eliminieren. Indem ich Spiele so ändere, dass ich allen gerecht werde – indem ich weiß, welche Änderungsmöglichkeiten ich habe um eine störungsfreie Umgebung herzustellen...

Wir stellen drei verschiedene Modelle vor, wie man Übungsstunden gestalten kann und durch diese Planung auf besondere Herausforderungen eingehen kann.

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

21431 – Das Deutsche Sportabzeichen: Regeln und regelgerechtes Messen

Termin: Mittwoch, 04. Mai 2022, 18:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent: Gerhard Lorenz

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 19. April 2022

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

Die Durchführung und Messung der einzelnen Disziplinen des Sportabzeichens sind an Regeln gebunden, um dieses Ehrenabzeichen unseres Staates zu erwerben. Wir stellen die notwendigen Grundlagen dafür vor und beseitigen alle eventuellen Unsicherheiten, um eine regelkonforme Durchführung sicherzustellen. Diese Fortbildung bildet Teil 1 unseres Ausbildungslehrgangs zum/zur Sportabzeichenprüfer*in. Teil 2 bildet der Lehrgang 21439.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

21439 – Das Deutsche Sportabzeichen: Organisation und Durchführung

Termin: Dienstag, 10. Mai 2022, 18:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent: Kersten Wick

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 25. April 2022

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

Notwendige Information zur Organisation und Durchführung der Sportabzeichenabnahme werden vermittelt. Diese Fortbildung bildet Teil 2 unseres Ausbildungslehrgangs zum/zur Sportabzeichenprüfer*in. Teil 1 bildet der Lehrgang 21431.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

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/>

Fortbildungsthemen

Bestandserhebung, Trendsport, Demenz und Osnamotion

Zum Jahresende steht die **Bestandserhebung** an und wir haben dazu am **02. Dezember** ein Online-Seminar in unserem Schulungsangebot. Darüber hinaus gibt es noch eine **Fortbildung zur Verlängerung der Juleica** („Trendsport“ am 27.11.), eine **Fortbildung für ÜL B** („Spielideen zur Förderung der Koordination für Menschen mit beginnender Demenz“ am 04.12.) und natürlich unsere **Osnamotion** am 13. November, bei der noch wenige Plätze frei sind.



Anmeldungen bitte nur über die verlinkten Formulare.

Zur Osnamotion am 13. November 2021

Infos und Anmeldung

13265 – Bestandserhebung online – Neu: Jetzt als Online-Seminar!

Termin: Donnerstag, 02. Dezember 2021, 18:30 bis 20:30 Uhr

Ort: LSB Online-Campus

Teamer: Team des KSB Osnabrück-Land

Kosten: keine

Anmeldeschluss: 16. November 2021

Wie steige ich ein? – Wer kann welche Daten sehen und bearbeiten? – Wie verwalte ich Vereins- und Vorstandsdaten? – Welche Möglichkeiten habe ich für die Bestandserhebung? – Wie funktioniert die Bestandserhebung? – Benutzerdaten

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

13562 – Jugendleiterfortbildung „Trendsport“

Termin: Samstag, 27. November 2021, ganztägig

Ort: Osnabrück

Leitung: Sportjugend der Sportregion Osnabrück Stadt und Land

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

Anmeldeschluss: 11. November 2021

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

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

21099 – Spielideen zur Förderung der Koordination für Menschen mit beginnender Demenz – NEU!!

Termin: Samstag. 04. Dezember 2021, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Kirsten Lampe

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 18. November 2021

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

Was ist Demenz? Das muss ich als ÜL beachten? Spielideen zur Koordinationsschulung dieser Gruppe

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

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

Aus- und Fortbildungen für die Sportabzeichenabnahme

Der StadtSportBund Osnabrück bietet für die Sportvereine der Sportregion Osnabrück Stadt und Land zwei Fortbildungen zur Sportabzeichenabnahme an, die zusammen auch zum **Erwerb der**



Prüfberechtigung genutzt werden können:

- **Regeln und regelgerechtes Messen** am 28. Juni in Präsenz und
- **Organisation und Durchführung** als Online-Seminar am 29. Juni

14579 – Das Deutsche Sportabzeichen: Regeln und regelgerechtes Messen

Termin: Montag, 28. Juni 2021, 18:00 bis 21:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent: Gerhard Lorenz

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 20. Juni 2021

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

Die Durchführung und Messung der einzelnen Disziplinen des Sportabzeichens sind an Regeln gebunden, um dieses Ehrenabzeichen unseres Staates zu erwerben. Wir stellen die notwendigen Grundlagen dafür vor und beseitigen alle eventuellen Unsicherheiten, um eine regelkonforme Durchführung sicherzustellen. Diese Fortbildung bildet Teil 1 unseres Ausbildungslehrgangs zum/zur Sportabzeichenprüfer*in. Teil 2 bildet der Lehrgang 14581.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

14581 – Das Deutsche Sportabzeichen: Organisation und Durchführung – Online-Seminar!

Termin: Dienstag, 29. Juni 2021, 18:00 bis 19:30 Uhr

Ort: LSB Online-Campus

Referent: Kersten Wick

Kosten: keine

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

Notwendige Information zur Organisation und Durchführung der Sportabzeichenabnahme werden vermittelt. **Diese Fortbildung bildet Teil 2 unseres Ausbildungslehrgangs zum/zur Sportabzeichenprüfer*in. Teil 1 bildet der Lehrgang 14579.**

Anmeldung online