

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/>
-

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

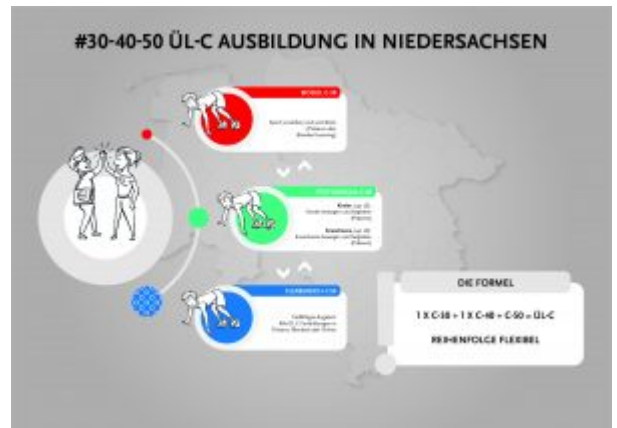
Anerkannt zur Verlängerung der Juleica. Diverse Inhalte der sportlichen Jugendarbeit mit dem Schwerpunkt Trendsport werden thematisiert.

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

Neues Ausbildungskonzept ÜL C Breitensport im Video erläutert

Zum Erwerb der Lizenz „Übungsleiter C-Breitensport“ müssen ab 2021 die Ausbildungsmodule C-30 und C-40 vollständig absolviert sowie zusätzlich Lehrgänge aus dem „Flexbereich“ im Umfang von mindestens 50 Lerneinheiten und eine Erste-Hilfe-Ausbildung nachgewiesen werden. Alles innerhalb von zwei Jahren – die Reihenfolge ist beliebig.



Der LSB Niedersachsen erläutert ab sofort in einem Youtube-Video „Dein Weg zur Übungsleiter/in C-Lizenz Breitensport in Niedersachsen“ das neue Konzept.

Mehr Infos gibt es auf der Seite des LSB Niedersachsen, entsprechende Angebote finden Sie unter <http://www.ssb-osnabrueck.de>. Informationen erhalten Sie auch direkt unter heiko.brueening@ssb-osnabrueck.de oder Tel. 0541 / 98 25 9-12.

Der Online-Campus geht in die zweite Runde

Der Online-Campus des LSB Niedersachsen geht in die zweite Runde und bietet ab sofort 23 Übungsleiter-Fortbildungen an, die jeweils mit **zwei Lerneinheiten** zur Verlängerung der Lizenzen C „Breitensport“ und B „Sport in der Prävention“



angerechnet werden. Außerdem werden auch Qualifix Seminare als Webinar angeboten.

Achtung: Es können maximal 8 LE zur Lizenzverlängerung ausschließlich über Webinare gesammelt werden.

Alle Veranstaltungen werden als Webinare ausschließlich online stattfinden. Details werden per Mail nach Anmeldung verschickt. Die Anmeldung erfolgt über das Bildungsportal (auf den Link klicken).

- Qualifix „Grundlagen der Gemeinnützigkeit und Vereinsbuchführung
Termin: 25.05.2020 / 26.05.2020, 18-19.30 Uhr
- Training im Ausnahmezustand – Praxistipps und Übungsvorschläge
Termin: 26.05.2020, 18-19.30 Uhr
- Kreative Bewegungsangebote für Kinder – trotz Abstandsregelung
Termin: 28.05.2020, 15-16.30 Uhr
- Der Hürdensprint – Beobachtungspunkte und Ableitungen für die Trainingsmethodik im Nachwuchsbereich
Termin: 28.05.2020, 18-19.30 Uhr
- Sportabzeichen mit Abstand
Termin: 28.05.2020, 18-19.30 Uhr
- Vereinssoftware DFBnet Finanz – Finanzbuchhaltung
Termin: 28.05.2020, 18-20 Uhr
- Theoretischer Einblick in Agilitätstraining
Termin: 02.06.2020, 18.30-20 Uhr
- Ein Einblick in das CrossTraining
Termin: 02.06.2020, 18-19.30 Uhr
- Jetzt bin ich mal dran! Machen Sie Ihr Ding, souverän und selbstbestimmt
Termin: 03.06.2020, 18-20 Uhr
- Qualifix „Spenden, Sponsoring und Steuern im Sportverein“
Termin: 03.06.2020, 18-20 Uhr
- Durchführung und Organisation von Outdoorsport auf

Distanz für Erwachsene

Termin: 04.06.2020, 18-19.30 Uhr

- Motivation – ein Schlüssel zum Erfolg

Termin: 04.06.2020, 18-19.30 Uhr

- Training: Vertiefung Ausdauer

Termin: 08.06.2020, 18-19.30 Uhr

- Training: Zusammenhang der Kraftfähigkeiten und deren praktische Bedeutung für die eigene Sportart

Termin: 09.06.2020, 17-18.30 Uhr

- Qualifix „Haftung 1“

Termin: 09.06.2020, 17-18.30 Uhr

- Sportverletzungen: Fuß und Knie

Termin: 12.06.2020, 18.30-20 Uhr

- Sorglos im Home-Office: Ergonomie, Ernährung und Pausengestaltung mit dem Profi

Termin: 16.06.2020, 17-18.30 Uhr

- Sportverletzungen: Schulter

Termin: 16.06.2020, 20-21.30 Uhr

- Qualifix „Sportstättenbau – von der Idee bis zur Nutzung“

Termin: 18.06.2020, 18.30-20 Uhr

- Training: Dehnen und Faszien

Termin: 20.06.2020, 10-11.30 Uhr

- Sportverletzungen: Hüfte (Anmeldung im Bildungsportal verfügbar ab dem 25.05.20)

Termin: 22.06.2020, 17-18.30 Uhr

- Der vitale Körper: Gesunder Darm

Termin: 23.06.2020, 18.30-20 Uhr

- Resiliente Kommunikation: Klarheit & Wertschätzung auf Augenhöhe

Termin: 30.06.2020, 17-18.30 Uhr

Aufbaulehrgang gestartet

Mit dem Aufbaulehrgang hat der zweite Abschnitt der Ausbildung zum Übungsleiter C „Breitensport“ begonnen. Er wird am 30./31. März fortgesetzt. Unter anderem standen sportliche Trends wie Longboardfahren, Ultimate Frisbee und Faszientraining auf dem Programm.



Die Themen Bewegungslernen, Entwicklungsphasen des Menschen und Kommunikation rundeten die Mischung aus praktischen und theoretischen Inhalten ab. Ein vielgenanntes Feedback der Teilnehmenden: „Das Wochenende ging schnell herum!“

ÜL-Ausbildung startet mit Grundlehrgang im Februar

Die nächste Übungsleiter-C-Lizenzausbildung der Sportregion Osnabrück Stadt und Land beginnt mit dem Grundlehrgang am 16./17. Februar und 02./03. März. Der Grundlehrgang dient als Einstieg in die Übungsleiterausbildung sowohl des LandesSportBundes als auch der Fachverbände und richtet sich an angehende Übungsleitende aus Sportvereinen. Der Lehrgangsort ist Osnabrück.



Inhalte sind unter anderem der Aufbau einer Übungsstunde, die Aufsichtspflicht, Grundlagen der Trainingsgestaltung, Bewegungslernen und der Einsatz von kleinen Spielen. Dabei gilt das Prinzip des „vernetzten Lernens“: über das Erleben und Reflektieren der Sportpraxis werden die theoretischen Hintergründe wie methodische Prinzipien oder Phasen des Bewegungslernens gelehrt und gelernt.

Anmeldeschluss ist am 31. Januar.

9463 – Grundlehrgang zum Übungsleiter C-Breitensport

Termin: Sa. 16./ So. 17. Februar und Sa. 02./ So. 03. März 2019, Sa. 9:00-18:30 Uhr, So. 9:00-18.00 Uhr

Ort: Osnabrück

Kosten: 120,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

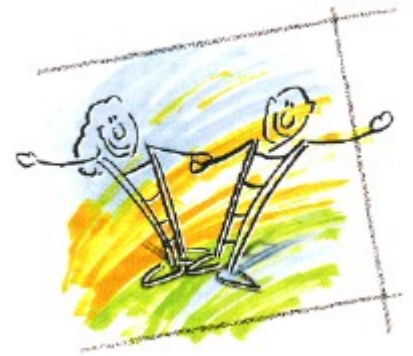
Anmeldeschluss: 31. Januar 2019

Den Teilnehmenden wird das Basiswissen vermittelt, über das jede Übungsleiterin bzw. jeder Übungsleiter – gleich welcher Sportart – verfügen sollte. Hierzu gehören allgemeine Themen wie der Aufbau von Übungsstunden, das Leiten von Gruppen und Trainingsgrundlagen.

Anmeldung zum Ausdrucken

ÜL-Fortbildung „Mental stark“ für ÜL von Kindergruppen am 26. Januar

2019 starten wir unsere Bildungsangebote mit einer Fortbildung für Übungsleitende C und B zur Förderung der Selbstregulation von Kindern durch Bewegung, Spiel und Sport. Wir zeigen, wie kognitive und motorische Anforderungen in Spielen und Übungen kombiniert und verändert werden können, um die Selbstregulation von Kindern zu fördern. Durch Bewegung sollen Kindern folgende Kompetenzen vermittelt werden: Gewissenhaftigkeit – bei der Sache bleiben – sich nicht ablenken lassen – Pläne entwickeln und sie umsetzen – kurzfristigen Impulsen widerstehen, um langfristige Ziele zu verfolgen



Der Lehrgang findet am 26. Januar statt und wird mit 5 Lerneinheiten sowohl zur Verlängerung der Lizenz C „Breitensport“ als auch der Lizenz B „Sport in der Prävention“ anerkannt.

10016 – Mental Stark! Förderung der Selbstregulation von Kindern durch Bewegung, Spiel und Sport

Termin: Samstag, 26. Januar 2019, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Teamer: Lisa Wittling (Osnabrück)

Kosten: 15,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 10. Januar 2019

5 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz und der Lizenz B „Sport in der Prävention“

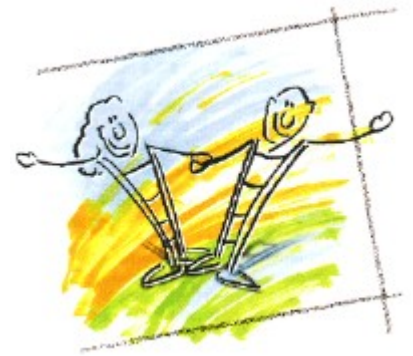
Wir zeigen, wie kognitive und motorische Anforderungen in Spielen und Übungen kombiniert und verändert werden können, um die Selbstregulation von Kindern zu fördern. Durch Bewegung sollen Kindern folgende Kompetenzen vermittelt werden: Gewissenhaftigkeit – bei der Sache bleiben – sich nicht ablenken lassen – Pläne entwickeln und sie umsetzen – kurzfristigen Impulsen widerstehen, um langfristige Ziele zu verfolgen

Anmeldung zum Ausdrucken

Anmeldung online

Übungsleiter-Ausbildung startet mit Grundlehrgang im Februar

Die nächste Übungsleiter-C-Lizenzausbildung der Sportregion Osnabrück Stadt und Land beginnt mit dem Grundlehrgang am 24./25. Februar und 10./11. März. Der Grundlehrgang dient als Einstieg in die Übungsleiterausbildung sowohl des LandesSportBundes als auch der Fachverbände und richtet sich an angehende Übungsleitende aus Sportvereinen. Der Lehrgangsort ist Osnabrück.



Inhalte sind unter anderem der Aufbau einer Übungsstunde, die Aufsichtspflicht, Grundlagen der Trainingsgestaltung, Bewegungslernen und der Einsatz von kleinen Spielen. Dabei gilt das Prinzip des „vernetzten Lernens“: über das Erleben und Reflektieren der Sportpraxis werden die theoretischen Hintergründe wie methodische Prinzipien oder Phasen des Bewegungslernens gelehrt und gelernt.

7557 – Grundlehrgang zum Übungsleiter C-Breitensport

Termin: 24./25. Februar und 10./11. März 2018, Sa. 9:00-18:30 Uhr, So. 9:00-18.00 Uhr

Ort: Osnabrück

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

Anmeldeschluss: 12. Februar 2018

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)

Weitere Infos Ausbildung zum Übungsleiter C Breitensport:

<http://www.ssb-osnabrueck.de/veranstaltungen/uebungsleiterlehrgaenge/ausbildung-uel-c-breitensport/>

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

Grundlehrgang zum ÜL C abgeschlossen

Mit dem Grundlehrgang ist der erste Baustein der Ausbildung zum ÜL C „Breitensport“ abgeschlossen. 22 Teilnehmende haben ihn erfolgreich absolviert. Das nächste Modul – der Aufbaulehrgang – startet in Osnabrück am 18. März.

