

ÜL-Lehrgänge im November: „Gesundheitssport für ÜL C“ und „Sport und Ernährung“

Zum Jahresabschluss sind noch Plätze in den beiden Übungsleiterlehrgängen „Gesundheitssport für ÜL C“ (am 05.11.) und „Sport und Ernährung“ (am 19.11.) frei. Anmeldungen bitte über die unten stehenden links bzw. mit unseren Anmeldeformularen.



4498 – Gesundheitssport mit Erwachsenen für ÜL C

Termin: Samstag, 05. November 2016, 09:00-16:00 Uhr –
TERMINVERSCHIEBUNG: Ursprünglich war der Lehrgang im September geplant.

Ort: Osnabrück

Referentin: Katja Hebbe (NLV)

Kosten: 25,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 25. Oktober 2016

8 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz

In kurzer theoretischer Abhandlung sollen die Möglichkeiten und Chancen der Vereine im Gesundheitssport aufgezeigt werden. Im praktischen Teil werden Übungsformen aus dem Gesundheitssportbereich durchgeführt und es wird erörtert, warum Übungsformen für den Gesundheitssport geeignet oder nicht geeignet sind.

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)

[Anmeldung Online](#)

4499 – Sport und Ernährung

Termin: Samstag, 19. November 2016, 09:00-18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentinnen: Lisa Witting, Stefanie Jago

Kosten: 25,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 07. November 2016

10 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz

Erfolg im Sport und eine optimale Ernährung sind bekanntermaßen miteinander verknüpft.

Folgenden Fragen wird im Lehrgang nachgegangen:

Was muss/darf ein Sportler während des Trainings und im Wettkampf essen?

Wie wirken sich Nahrungsergänzungsmittel auf die sportliche Leistung aus?

Wie sollte man vermeintliche Sportlerlebensmittel bewerten?

[Anmeldung zum Ausdrucken](#)