



# Übungsleiterfortbildung C / Flexbereich

Die Kosten betragen in Präsenz für

- eintägige Fortbildungen bis 5 LE € 15,00/ € 30,00/ € 50,00
- 6-10 LE € 30,00/ € 60,00\*/ € 100,00\*\*
- für Wochenendveranstaltungen 11-15 LE € 45,00/ € 90,00\*/ € 130,00\*\*
- 16-20 LE € 60,00/ € 120,00\*/ € 170,00\*\*

\*= für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Mitgliedsvereinen anderer LSB.

\*\* = für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die nicht in Mitgliedsvereinen des LSB organisiert sind.

Bei Anmeldungen nach dem Anmeldeschluss erheben wir eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,00 Euro.

Bei den Ausschreibungen auf dieser Seite sind, soweit nicht anders genannt, die Teilnahmegebühren für Vereinsmitglieder aufgeführt. Es gelten grundsätzlich die im Bildungsportal bei der Lehrgangsanmeldung genannten Beträge.

Anmeldungen können nur über unsere verlinkten Seminare entgegengenommen werden. Falls eine Anmeldung online nicht möglich ist, kann dieses Formular zum Herunterladen und Ausdrucken genutzt werden: [Anmeldung zum Ausdrucken](#)

Gefördert vom Land Niedersachsen.

---

32822 – **Praxisorientierte Anwendung des Koordinationsanforderungsreglers (KAR) im Koordinationstraining – [Online-Seminar](#)**

Termin: Donnerstag, 18. Januar 2023, 18:00 bis 19:30 Uhr

Referent: Philipp Keil

Kosten: 5,00 (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 11. Januar 2024

2 LE Anerkennung zur 1. und 2. Lizenzstufe des LSB und aller Lizenzen des BSN.

Der KAR (Koordinationsanforderungsregler) ist ein tolles Werkzeug um Bewegungsabläufe und koordinative Übungen beim Bewegungslernen genauer zu betrachten und an den Leistungsstand unserer Teilnehmer anzupassen. Nach einer kurzen Erläuterung zeigen wir anhand von Praxisbeispielen, wie er angewendet werden kann, um das Beste aus spezifischen, koordinativen Trainingssituationen herauszuholen. Danach wollen wir gemeinsam erarbeiten, wie ihr ihn effektiv in euer Training integrieren könnt.

*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 erfolgter Anmeldung verschickt.*

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung online

### **31992– ÜL-Refresher: Hol' dir deine Lizenz zurück!**

Termin: 27./29. Januar 2024, Sa., 09:30-18:30 Uhr, So., 09:00-14:00 Uhr

Ort: Osnabrück

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

Anmeldeschluss: 10. Januar 2024

ÜL-Refresher Teilnahme nur für Personen mit niedersächsischer Vereinsmitgliedschaft und zur Reaktivierung einer abgelaufenen niedersächsischen Lizenz!!

Er ist ein Fortbildungslehrgang zur Reaktivierung einer abgelaufenen ÜL-C Breitensport und ÜL-B „Sport in der Prävention“ Lizenz und bietet in 15 Lerneinheiten die Möglichkeit (Fach)Wissen zu aktualisieren sowie Basiswissen

aufzufrischen. Worum geht es beim Training, der Planung von Übungsstunden und was war noch mal relevant bei der Leitung von Sportgruppen – Themen, die den Wiedereinstieg erleichtern. Die Sportpraxis, z. B. in Form von Trends, wird dabei nicht zu kurz kommen!

NICHT anerkannt für den C-50-Flexbereich  
Online-Anmeldung

### **32474– Ringen und Raufen**

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

Termin: Donnerstag, 29. Februar 2024, 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent: Philipp Keil

Kosten: keine (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen und Beschäftigte einer Kita bzw. Schule in Niedersachsen)

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

Anmeldeschluss: 13. Februar 2024

In diesem LQZ betrachten wir das Thema Ringen und Raufen in Schulen und Vereinen mit allen Altersklassen. Es werden einige theoretische Grundlagen besprochen. das Hauptaugenmerk liegt jedoch auf verschiedenen Spiel- und Übungsformen, für das Kämpfen Gegeneinander und Miteinander und der Vermittlung von Techniken. Dazu werden Kampfsportarten betrachtet, die weniger Komplexität als herkömmliche Kampfsportarten wie Judo oder Karate aufweisen und sich damit gut für Schule und Verein eignen.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung online

### **32826 – Rituale Reloaded: kreative Stundeneinstiege und gruppenspezifische Rituale – Online-Seminar**

Termin: Dienstag, 16. April 2024, 18:00 bis 19:30 Uhr

Referentin: Sophie Römer (Sportjugend Osnabrück)

Kosten: 5,00 (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 09. April 2024

2 LE Anerkennung zur 1. und 2. Lizenzstufe des LSB.

Lasst uns gemeinsam herausfinden, warum Rituale im Kontext des Sports nicht nur Spaß machen, sondern auch einen tiefgreifenderen Sinn in Gruppendynamischen Prozessen besitzen. Zusammen wollen wir Methoden für Stundeneinstiege sammeln, die mit einer Prise Kreativität und einem Hauch von Humor nicht nur vereinzelte Sportlerinnen und Sportler abholen, sondern die gesamte Gruppe in Schwung bringen.

*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 erfolgter Anmeldung verschickt.*

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung online

### **36272 – Als Übungsleiter:in im Ganztage**

*Lokaler Qualitätszirkel – In Kooperation mit den Regionalen Landesämtern für Schule und Bildung*

*Anerkannt für den C-50-Flexbereich.*

Termin: Samstag, 20. April 2024, 9:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Teamerinnen: Monika Gümpel, Sophie Römer

Kosten: keine

Für ÜL aus nieders. Sportvereinen sowie und Lehrkräften / pädagogische Mitarbeiterinnen bzw. Mitarbeiter / Erzieherinnen bzw. Erzieher.

Anmeldeschluss: 17. April 2024

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

Die Teilnehmenden dieser eintägigen Fortbildung erhalten vielfältige Hilfestellungen bei der Gestaltung ihres Sportangebotes im Rahmen des Ganztages an der Grundschule.

Neben theoretischen Informationen zum allgemeinen Ablauf an Ganztagschulen werden in praktischen Teilen geeignete Übungen und Spiele für Sportangebote in heterogenen Gruppen vorgestellt und durchgeführt. Alle Spiele und Übungen sind sportartübergreifend einsetzbar.

Anmeldung online

### **32498– Erste-Hilfe-Ausbildung für Übungsleitende**

Termin: Samstag, 20. April 2024, 9:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Teamer: DLRG Ortsgruppe Osnabrück

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 03. April 2024

5 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz des LSB, NICHT für den C-50 Flexbereich

Nur für Übungsleitende von Sportvereinen aus der Stadt- oder dem Landkreis Osnabrück!

In Kooperation mit der DLRG Ortsgruppe Osnabrück

Anmeldung online

### **32502– Das Deutsche Sportabzeichen – Lehrgang zur Abnahmeberechtigung**

Termin: Samstag, 04. Mai 2024, 09:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Wallenhorst

Referent: Gerhard Lorenz

Kosten: 30,00 Euro

Anmeldeschluss: 17. April 2023

10 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 zur Organisation und Durchführung der Sportabzeichenabnahme vor.

Mit diesem Lehrgang kann die Berechtigung zur Abnahme des Deutsche Sportabzeichens erworben werden.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Anmeldung online

**35605– Coach-Supporter – Mini-Lehrgang zum Helfen im Sport**

Termin: 11./12. Mai 2024, Sa., 09:30-18:30 Uhr, So.,  
09:00-18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Kosten: keine

Der "Coach-Supporter"-Kurzlehrgang ist dafür da, Eltern und andere Menschen im Sport zu stärken. Er zeigt, wie man von nur "Zuschauen oder Mitmachen" zu einer mitgestaltenden Rolle in den Sportangeboten kommt. Das Ziel ist es, Menschen im Sportverein mehr Teilhabechancen zu ermöglichen. Dabei soll niemand überfordert werden. Im Lehrgang lernt man Grundlagen wie den Aufbau von Übungsstunden, wie man Spiele leitet, wie man kommuniziert und Konflikte löst, und auch die Verantwortung für die Sicherheit. Alles wird praxisnah und ohne spezielle Vorkenntnisse beigebracht. Man erlebt und übt alles direkt.

20 LE Anerkennung zur Ausbildung ÜL-C „Breitensport“ des LSB  
Online-Anmeldung

**32810– C-50-Flexblock zur Ausbildung Lizenzverlängerung**

Termin: 25./26. Mai 2024, Sa., 09:30-18:30 Uhr, So.,  
09:00-18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Kosten: 30,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB  
Niedersachsen)

Anmeldeschluss: 08. Mai 2024

20 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz des LSB  
und für den C-50 Flexbereich

An 1 Wochenende mit 4 Themen in 20 LE die Lizenz verlängern  
oder den C-50-Bereich belegen – das könnt ihr bei uns in  
diesem Lehrgang:

Folgende Themen wollen wir angehen:

- Bewegungsbegleitung durch Musik und Rhythmus,
- Musikeinsatz im Kinder- und Erwachsenensport und
- Ganzheitliches Körpertraining mit Elementen aus dem

Faszientraining, Animal Athletics und Mobility Routinen und zwei weitere Themen, die wir noch festlegen.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich.

Online-Anmeldung

### **32510– Die Turnbank – nicht nur für Taschen**

Termin: Samstag, 08. Juni 2024, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Kirsten Lampe

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 29. Mai 2024

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

Anmeldung online

### **32638– Spiele für drinnen und draußen**

Termin: Samstag, 15. Juni 2024, 09:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Teamerin: Nina Goertner

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

Anmeldeschluss: 29. Mai 2024

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

Anerkennung zur Verlängerung der Juleica und 10 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz

Anmeldung online

### **32518– Choreographiebaukasten**

Termin: Samstag, 31. August 2024, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Nina Goertner

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 14. August 2024

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

Neben den choreographischen Bausteinen Raum, Zeit, Form und

Dynamik wird es weitere Anregungen wie z.B. Führen und Folgen oder sukzessiv und simultan aus der tänzerischen Körperarbeit geben, um deine Choreographien abwechslungsreich und spannend zu gestalten.

Anmeldung online

### **32478– Sportgeräte alternativ eintzen**

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

Termin: Donnerstag, 19. September 2024, 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referent:innen: Monika Gümpel und Christian Watermann  
(Regionales Landesamt für Schule und Bildung)

Kosten: keine (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen und Beschäftigte einer Kita bzw. Schule in Niedersachsen)

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

Anmeldeschluss: 04. September 2024

Sportgeräte in ihrer Vielfalt ausprobieren und kennenlernen, darum geht es bei dieser Fortbildung. Anhand von vielen Praxisbeispielen werden verschiedene Sportgeräte und Ideen für deren alternative Einsatzmöglichkeiten im Sport vorgestellt.

Altersstufe: 1. – 6. Klasse

Anmeldung online

---

### **32526– Osnamotion**

Termin: Samstag, 09. November 2023, 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

**32458 – Heterogene Gruppen in dem Sportangebot**

Termin: Samstag, 30. November 2024, 09:00 bis 16:00 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Jutta Schlochtermeyer (SSB Osnabrück)

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 30. Oktober 2024

8 LE Anerkennung zur Verlängerung aller Lizenzen des LSB Niedersachsen und des BSN sowie für den C-50 Flexbereich

Bewegungsfreude zu entwickeln und zu erleben, ist eine berechtigte Erwartung an jede sportliche Übungseinheit. Weil jeder mit verschiedenen Voraussetzungen kommt, braucht es eine individuelle Anpassung der Inhalte an die Teilnehmenden. Darüber wollen wir uns austauschen und praktische Beispiele erarbeiten.

In Kooperation mit dem Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Anerkannt für den C-50-Flexbereich

Anmeldung online