

# **Fortbildungen                    ÜL                    B Präventions-,                    Reha-                    und Behindertensport**

## **Förderung                    von Qualifizierungsmaßnahmen                    für Sportvereine des SSB Osnabrück**

**Teilnehmende aus Mitgliedsvereinen des StadtSportbundes Osnabrück können ihre Teilnahmegebühren ab sofort mit bis zu 100% von uns fördern lassen. Voraussetzung dafür ist, dass die Teilnahmegebühr vom Sportverein abgebucht wird.**

Die entsprechende Sportförderrichtlinie kann hier unter 4.2.2 eingesehen werden.

## **Der LSB-Online-Campus:**

Der Online-Campus des LSB Niedersachsen bietet Übungsleiter-Fortbildungen an, die zur Verlängerung der Lizenzen C „Breitensport“ und B „Sport in der Prävention“ angerechnet werden.

**Achtung: Es können maximal 8 LE zur Lizenzverlängerung über Online-Schulungen gesammelt werden.**

## **Aktuelle Online-Seminar-Angebote**

Zum aktuellen landesweiten Programm mit Online-Seminaren für alle Zielgruppen – nicht nur für ÜL-B:

LSB Online-Campus- Landessportbund Niedersachsen (lsb-niedersachsen.de)

# Fortbildungen in Osnabrück

Der StadtSportBund Osnabrück e.V. und der Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V. (BSN) bieten als besonderen Service für Osnabrücker Übungsleiter Fortbildungen für alle Lizenzen des BSN und des LSB (1. und 2. Lizenzstufe) an. Weitere Infos gibt es unter 0541/9393 57-12.

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 durch das Land Niedersachsen.

Termin: Samstag, 10. Februar 2024, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Tanja Feyer

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 24. Januar 2024

Beschwerden der Halswirbelsäule, Schulter-Arm, Kiefergelenk, Nacken. (z. B. Unbeweglichkeit, Spannungs- und Bewegungsschmerz, Stimmprobleme, Konzentrations- und Sinnesstörungen...) können den Alltag stark belasten. Hier befassen wir uns mit Übungen, die wie eine Erste-Hilfe-Maßnahme wirken und regelmäßig praktiziert auch langfristig eine Verbesserung der Beschwerden bieten können.

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

Anmeldung online

---

### **32450 – Stabilisations- und Gleichgewichtstraining im Präventions- und Rehasport – NEUER TERMIN!**

Termin: Samstag, 06. April 2024, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Monika Wacker

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 21. März 2024

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

Unser Gleichgewichtssystem zeigt an, wo oben ist, wo wir uns im Raum befinden und stabilisiert uns, damit der Körper und die Bewegungen im Raum optimal gegen die Schwerkraft ausgerichtet sind. Es ist das Schlüsselsystem für Stabilität, Haltung, Gleichgewicht, Nackenverspannungen und Rumpfkraft! In dieser Fortbildung werden die theoretischen Hintergründe des vestibulären Systems erklärt sowie praktische Beispiele für ein „echtes“ Gleichgewichtstraining durchgespielt, bei dem der Kopf, die Augen und die Füße eine besondere Rolle spielen.

In Kooperation mit dem Behinderten-Sportverband Niedersachsen

e.V.

Anmeldung online

---

**32454 – Fitness für Kopf und Körper im Alters- und Behindertensport**

Termin: Samstag, 20. April 2024, 09:00 bis 13:30 Uhr

Ort: Osnabrück

Referentin: Tanja Feyer

Kosten: 15,00 Euro

Anmeldeschluss: 03. April 2024

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

Denken und Bewegen, genaugenommen Denkmuster und Bewegungsmuster haben physiologisch viel miteinander zu tun. Sind unsere Gehirn- oder Körperhälften nicht in Balance, können körperliche und psychische Störbilder auftreten. Das Gehirnpotential nutzen und den Körper bewegen schenkt spontan Konzentrationsvermögen und Ausgeglichenheit. Langfristig erhalten wir unsere Funktionen auch bei steigendem Alter.

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

Anmeldung online

---

**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