

# Lehrgangskalender

inkl. Ausbildungen zum **ÜL-C** „Breitensport“  
und **ÜL-B** „Sport in der Prävention“



Anmeldung und weitere Infos unter:  
[www.ssb-osnabrueck.de](http://www.ssb-osnabrueck.de)



Lehrgangsort: Osnabrück  
(soweit im Titel nicht anders angegeben)

## JANUAR

NR.		TITEL	TAG	DATUM	ZEIT	LE
21363	<b>ÜL-B</b>	Übungen mit dem Pezziball im Gesundheitssport	Sa.	22.01.22	09:00 - 13:30 Uhr	5
22188	<b>Vorstand</b>	Der Sportversicherungsvertrag in Niedersachsen	Do.	27.01.22	18:30 - 22:00 Uhr	4

## FEBRUAR

20188	<b>ÜL-C</b>	Ausbildung ÜL-C: C-30 Sport verstehen und vermitteln	Sa./So. Sa./So.	05./06.02.22 19./20.02.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 13:30 Uhr	30
21447	<b>ÜL-C</b>	Teaching Skills	Do.	10.02.22	09:00 - 13:30 Uhr	4
22192	<b>Vorstand</b>	Beschäftigung im Sportverein	Do.	24.02.22	18:30 - 22:00 Uhr	4
20533	<b>JL</b>	Jugendleiterfortbildung „Rund um Ferienfreizeiten“	Sa.	26.02.22	09:00 - 18:00 Uhr	10

## MÄRZ

21367	<b>ÜL-B</b>	Der Rücken aus westlicher und aus fernöstlicher Sicht	Sa.	05.03.22	09:00 - 13:30 Uhr	5
21188	<b>ÜL-C</b>	Ausbildung ÜL-C: C-40 Erwachsene bewegen und begleiten	Sa./So. Sa./So.	12./13.03.22 26./27.03.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 18:00 Uhr	40
22196	<b>Vorstand</b>	Sportstättenbau (Online-Seminar)	Di.	15.03.22	18:00 - 19:30 Uhr	2
19403	<b>ÜL-C</b>	Schnappt die Seile - fertig - los!	Do.	17.03.22	15:00 - 18:00 Uhr	4
22200	<b>Vorstand</b>	Kooperation von Sportvereinen mit Schulen oder Kitas	Di.	22.03.22	18:30 - 22:00 Uhr	4

## APRIL

20501	<b>JL</b>	Jugendleiterausbildung (Juleica) in Rieste	So.-Fr.	10.-15.04.22	ganztägig	60
22204	<b>Vorstand</b>	Grundlagen der Gemeinnützigkeit und Vereinsbuchführung	Di.	26.04.22	18:30 - 22:00 Uhr	4
21375	<b>ÜL-B</b>	Denken und bewegen	Sa.	30.04.22	09:00 - 13:30 Uhr	5

## MAI

21407	<b>ÜL-C</b>	Herausforderung Differenzierung - Wie bereite ich mich auf herausfordernde Situationen vor? (Online-Seminar)	Di.	03.05.22	18:00 - 19:30 Uhr	2
21431	<b>ÜL-C</b>	Das Deutsche Sportabzeichen - Regeln und regelgerechtes Messen	Mi.	04.05.22	18:00 - 21:00 Uhr	4
21427	<b>ÜL-C</b>	Erste-Hilfe-Ausbildung	Sa.	07.05.22	09:00 - 18:00 Uhr	10
21439	<b>ÜL-C</b>	Das Deutsche Sportabzeichen - Organisation und Durchführung	Di.	10.05.22	18:00 - 21:00 Uhr	4
20331	<b>JL</b>	Juleica für Übungsleiter:innen	Sa. So.	14.05.22 15.05.22	ganztägig	16
21443	<b>ÜL-C</b>	Abenteuersport	Sa.	21.05.22	09:00 - 18:00 Uhr	10

## JUNI

21451	<b>ÜL-C</b>	Rumpf ist Trumpf	Do.	02.06.22	18:00 - 21:00 Uhr	4
22216	<b>Vorstand</b>	Spenden, Sponsoring & Steuern im Verein	Do.	09.06.22	18:30 - 22:00 Uhr	4
21379	<b>ÜL-B</b>	Atemwalk	Sa.	18.06.22	09:00 - 18:00 Uhr	10
21200	<b>ÜL-B</b>	Ausbildung ÜL-B: Basislehrgang - Blended Learning Format	Di. Sa./So.	Online-Start: 21.06.22 Präsentage: 02./03.07.22		30
21459	<b>ÜL-C</b>	Spiele ohne Gewinner	Sa.	25.06.22	09:00 - 13:30 Uhr	5

## SEPTEMBER

21463	<b>ÜL-C</b>	Soziales Lernen im und durch Sport	Sa./So.	17./18.09.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 13:30 Uhr	15
19407	<b>ÜL-C</b>	Speedspiele	Do.	22.09.22	15:00 - 18:00 Uhr	4

## OKTOBER

21216	<b>ÜL-B</b>	Ausbildung ÜL B: Aufbaulehrgang	Sa./So. Sa./So.	24./25.09.22 08./09.10.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 18:00 Uhr	40
22220	<b>Vorstand</b>	Gewinnung von Mitarbeiter:innen	Do.	13.10.22	18:30 - 22:00 Uhr	4
20529	<b>SpoAss.</b>	Sportassistent:innenausbildung in Rieste	Mo.-Do.	24.- 27.10.22	ganztägig	32

## NOVEMBER

21232	<b>ÜL-B</b>	Ausbildung ÜL B: Abschlusslehrgang	Sa./So.	05./06.11.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 18:00 Uhr	30
22232	<b>ÜL-C</b>	OsnaMotion	Sa.	12.11.22	9:15 - 16:00 Uhr	5
21411	<b>ÜL-C</b>	Anatomie von ausgewählten Fitnessübungen (Online-Seminar)	Di.	15.11.22	18:00 - 19:30 Uhr	2
21423	<b>ÜL-C</b>	Fit für die Vielfalt	Sa./So.	19./20.11.22	Sa. 09:30 - 18:30 Uhr So. 09:00 - 13:30 Uhr	15
22224	<b>Vorstand</b>	Inklusion im und durch Sport - Chance für Vereine (Online-Seminar)	Do.	24.11.22	18:00 - 20:15 Uhr	3
20525	<b>JL</b>	Jugendleiterfortbildung „Trendsport“	Sa.	26.11.22	09:00 - 18:00 Uhr	10

## DEZEMBER

22228	<b>Vorstand</b>	Bestandserhebung und Intranet (Online-Seminar)	Do.	01.12.22	18:00 - 20:30 Uhr	3
21395	<b>ÜL-B</b>	Wunschthema per Online-Abstimmung	Sa.	03.12.22	09:00 - 13:30 Uhr	5

Lehrgangsangebot des Turnkreises **Osnabrück-Land**  
Kontakt: Marlies Endlicher - 05402 4432 - [mendlicher@osnanet.de](mailto:mendlicher@osnanet.de)

- **Wirbelsäulen Gymnastik:** 29.01.2022, 10-14 Uhr in Bissendorf
- **Faszien Stretching:** 12.02.2022, 10-14 Uhr in Bissendorf
- **Mobility und Funktionales Training:** 19.03.2022, 10-14 Uhr in Bissendorf
- **Frauen-Power:** 07.05.2022, 10-15 Uhr in Bramsche/ Engter
- **Kindertanzen:** 24.04.2022, 10-14 Uhr in Bramsche/ Gehrde
- **Turnen auf dem Airtrack / Kreatives Arbeiten mit Turngeräten:** 14.05.2022, 10-15 Uhr in Wellendorf
- **Waldspiele für Familien:** 30.04.2022, 10-13 Uhr in Bad Iburg
- **Männersporttag:** 09.07.2022, 15-18 Uhr in Bissendorf
- **Akrobatik und Kürübungen am Boden:** 03.09.2022, 10-14:15 Uhr in Wellendorf
- **Einführung in die P-Stufen 1-5/ Kleine Spiele:** 19.02.2022, 10-13 Uhr in Borgloh

Lehrgangsangebot des Turnkreises **Osnabrück-Stadt**  
Kontakt: Geschäftsstelle - 0541/ 68553840 - [tk-os-stadt@gmx.de](mailto:tk-os-stadt@gmx.de)  
Alle Angebote finden in Osnabrück statt!

- **Achtsamkeit:** 22.01.2022, 13-16:15 Uhr
- **Rücken und Faszien in Bewegung:** 05.02.2022, 13-17 Uhr
- **Funktionales Training:** 26.02.2022, 13-17 Uhr
- **Kettlebell Training:** 05.03.2022, 9-13 Uhr
- **Zirkus:** 12.03.2022, 13-17 Uhr
- **Ich und Ballett? Natürlich:** 23.04.2022, 10-13 Uhr
- **10-Finger-Tastschreibkurs/ Gehirnjogging:** 14.05.2022, 9:30-15:30 Uhr/ 15.05.2022, 14:30-16:30 Uhr
- **Lindy Hop:** 06.07.2022, 14-16 Uhr
- **Kinder- und Poptanz:** 10.09.2022, 13-17
- **Pilates trifft Meditation:** 08.10.2022, 9-13 Uhr
- **Yoga/ Trilochi:** 15.10.2022, 13-17 Uhr

# #30-40-50 ÜL-C Ausbildung in Niedersachsen

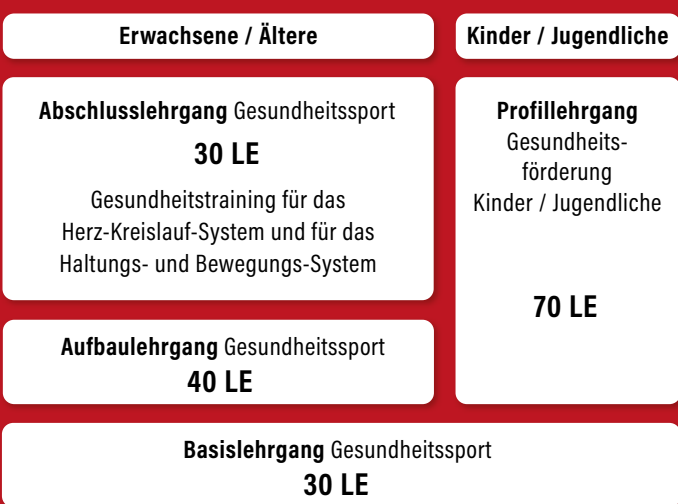
## ÜL-C Breitensport Lizenz – flexibler, ortsnah und Interessensorientiert

Seit 2021 gibt es ein neues Konzept für unsere Ausbildung zum Übungsleitenden C „Breitensport“. Das Ziel: Der „Weg zur ÜL-C-Lizenz“ soll für Interessierte flexibler, ortsnah und stärker an ihren Interessen und Kompetenzen orientiert sein.

Statt Grund-, Aufbau- und Spezialblocksteinen gibt es jetzt folgende drei Bereiche: Profilmodul C-30, C-40 und C-50 (siehe Grafik).



## Aufbau der Ausbildung ÜL-B „Sport in der Prävention“



Weitere Informationen gibt es unter [www.ssb-osnabrueck.de](http://www.ssb-osnabrueck.de) oder direkt bei Heiko Brüning, Tel. 0541 / 9393 57-12

## Übungsleiterausbildung B

Sport in der Prävention – Gesundheitsförderung Kinder / Jugendliche

### INFO

In der Ausbildung können Sie sich spezialisieren auf Sportangebote im Bereich Gesundheitsförderung für Kinder / Jugendliche. Die Abschnitte der ÜL-B-Ausbildung bauen aufeinander auf und müssen in der vorgegebenen Reihenfolge vollständig absolviert werden: für das Profil Kinder / Jugendliche der Basislehrgang und der Profillehrgang Gesundheitsförderung.

Die Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung sind ein gültiger Lizenzabschluss der 1. Lizenzstufe und die Vollendung des 18. Lebensjahres.

## Übungsleiterfortbildung B

Präventions-, Reha- und Behindertensport

### INFO

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.

## Sportjugend

### Sportassistentenausbildung

Die Sportassistenten- bzw. Schulsportassistentenausbildungen richten sich an Jugendliche, die sich im Verein an der Durchführung und Organisation von Sportstunden beteiligen bzw. den Übungsleiter unterstützen möchten oder in der Schule bei Pausenangeboten, in Sport AGs oder in Übungsstunden helfen wollen. Im Vordergrund steht die Sportpraxis, durch die vordergründig der Aufbau einer Übungsstunde, Hilfestellungen und die Absicherung bei Aufbauten auch anhand von Projekt-Arbeit vermittelt werden.

### Jugendleiterausbildung

Die Jugendleiterausbildung ist eine Ausbildung für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, die neben den Trainings- und Übungsstunden Angebote für Kinder und Jugendliche im Verein machen möchten. Dazu kann die Betreuung von Ferienfreizeiten, das initiieren neuer Trendsportangebote, die Organisation von Spielfesten und mehr gehören.

Auf dem Programm steht unter anderem:

- Wie leite ich eine Gruppe?
- Planung, Durchführung und Finanzierung von Jugendfahrten
- geschlechtsbezogene Jugendarbeit
- rechtliche Fragen
- Sportpraxis

### Jugendleiterfortbildung

Jugendleiterfortbildungen für Jugendliche und Erwachsene, die neues aus der Jugendarbeit erfahren und ihre Jugendleiterlizenz verlängern wollen.

## Qualifix

Qualifix steht für die Weiterbildung von Führungskräften in Vereinen.

Zielgruppe der Seminare sind sowohl Vorstandsmitglieder, Abteilungsleiterinnen und Abteilungsleiter als auch hauptberufliche Geschäftsstellenmitarbeiterinnen und Geschäftsstellenmitarbeiter, die sich für den „Verein der Zukunft“ fit machen wollen.

Die Inhalte unterstützen die tägliche Vereinsarbeit. Sie sind in verschiedene Themenbausteine gegliedert, die sich gezielt an praktischen Fragen des Vereinsalltages orientieren

## Vereinsmanagerin/ Vereinsmanager

C-Lizenz des DOSB

Das Ziel der Angebote im Bereich Vereinsmanagement ist, die Mitarbeiter/innen in den Vorständen und Führungsteams für die vielfältigen, leitenden und verwaltenden Aufgaben in den Vereinen und Verbänden vorzubereiten bzw. weiterzubilden. Die Inhalte der Qualifizierungsangebote orientieren sich an diesen konkreten Aufgaben.



Kontakt: Landessportbund Niedersachsen e.V.  
Niels Uhde-Kracht Tel. 0511 1268-170, E-Mail: [nuhde@lsb-niedersachsen.de](mailto:nuhde@lsb-niedersachsen.de)

## Für alle Angebote gilt:

Änderungen vorbehalten!



KONTAKT:  
StadtSportBund Osnabrück e. V.  
Heiko Brüning  
Alwine-Wellmann-Str. 19  
49088 Osnabrück  
Tel. 0541 / 9393 57-12  
[heiko.brueuning@ssb-osnabrueck.de](mailto:heiko.brueuning@ssb-osnabrueck.de)  
[www.ssb-osnabrueck.de](http://www.ssb-osnabrueck.de)

Für weitere Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

- [ssb-osnabrueck.de/youtube](https://www.youtube.com/channel/UC...)
- [facebook.com/sportjugendosnabrueck](https://www.facebook.com/sportjugendosnabrueck)  
[facebook.com/stadtsportbundosnabrueck](https://www.facebook.com/stadtsportbundosnabrueck)
- [instagram.com/stadtsportbund\\_osnabrueck/](https://www.instagram.com/stadtsportbund_osnabrueck/)



Gute Ideen, gutes Design und ein gutes Miteinander – das erwartet Sie bei uns!

Rathje  
grafik + design

[www.rathje-design.de](http://www.rathje-design.de)  
[info@rathje-design.de](mailto:info@rathje-design.de)  
#rathje.design

