

Landesfachwartin

Uschi Bauer, Anzengruber Str. 16, 82194 Gröbenzell,
Tel: 08142/9969, E-Mail: Bauer-Uschi@web.de

Hauptamtliche Referentin

Ildiko Berekmery, Tel: 089/15702-320
E-Mail: berekmery@turnverband-bayern.de

Ausbildung Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere

Das Fachgebiet Sport für Ältere bietet auf der 2. Lizenzstufe die Ausbildung **Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere** an.



Die Ausbildung umfasst 60 LE/UE sowie eine theoretische Prüfung und eine praktische Lehrprobe.

Um die 2. Lizenzstufe Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere zu erlangen, ist die aktive Teilnahme sowie das Bestehen der Prüfungen erforderlich.

Zulassungsvoraussetzungen:

Gültige 1. Lizenzstufe Trainer C Breiten- oder Leistungssport bzw. Übungsleiter C Breitensport. Bitte beachten Sie auch die Hinweise auf Seite 7.

LZV der Lizenzen:

1. Lizenzstufe: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit (alt: BTV-T), Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere (alt: BLSV-A), Übungsleiter C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche (alt: BSJ-J)

2. Lizenzstufe: Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention (alt: ZA Prävention) sowie Verlängerung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit.DTB und der Dachmarke Sport pro Gesundheit

Ausbildungsinhalte:

Die Weiterbildung Sport für Ältere stellt die Qualifizierung von Trainern/Übungsleitern sicher, die Bewegungsangebote für älter werdende Menschen im Verein anbieten wollen. Älter werdende Menschen brauchen Bewegung, um auf Dauer gesund, fit und selbständig leben zu können. Spiel und Sport tragen erheblich zur Förderung der Lebensqualität älterer Menschen bei. Seniorensport beinhaltet nicht nur gesundheitliche Aspekte, sondern vermittelt Erfahrungen und Freude an der Bewegung in der Gemeinschaft und fördert das soziale Wohlbefinden. Ziel ist es, dass jeder ältere Mensch ein Bewegungsangebot im Verein findet, das ihm ermöglicht, möglichst lebenslang aktiv sein zu können.

Aufbauend auf den bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die fachlichen Lernziele eine Weiterentwicklung der Kompetenz im Sport für Ältere angestrebt. In der Ausbildung werden folgende Themen in Theorie und Praxis behandelt: Altersgerechtes Kraft- und Stabilisationstraining zur Funktionserhaltung der Muskulatur ohne und mit Zusatzgeräten, Sensomotoriktraining, Osteoporosepräventionstraining, Fitnessstudio Turnhalle, Balancetraining zur Gleichgewichtsschulung (Sturzprophylaxe), Mobilisationstraining zum Beweglichkeitserhalt von Wirbelsäule und Gelenken, Koordinationsstraining, altersgerechtes Ausdauertraining: Walking, Nordic Walking, Aerobic 50+, Tänze, Körperwahrnehmung und Entspannung, Ernährung im Alter.

Ausbildung Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere

Lg.-Nr: 12-240

Termine:

Ausbildung: 04.-09.11.2012 (So 17:00 - Fr 13:00 Uhr)
Prüfung: 25.11.2012 (So)

Orte:

Ausbildung: Sportschule Oberhaching
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)
Prüfung: 82194 Gröbenzell

Meldeschluss: 19.09.2012 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist
Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsführung und AP vor Ort:

Uschi Bauer, Anzengruber Str. 16, 82194 Gröbenzell,
Tel: 08142/9969, E-Mail: Bauer-Uschi@web.de

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 €/Tag ist bar vor Ort zu bezahlen, bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 15.

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD:	315,00 €
(Lg.-Geb. 240,00 € + OH-Pauschale 75,00 €)	
Vereinsmitglieder ohne GYM CARD:	339,00 €
(Lg.-Geb. 264,00 € + OH-Pauschale 75,00 €)	
Nichtvereinsmitglieder:*	533,00 €
(Lg.-Geb. 288,00 € + OH-Pauschale 245,00 €)	

S-Klassen-Assistent (30 LE/UE)

BTV-zertifiziert

Älter werden - aber nicht alt sein wollen, mit Schwung das Leben genießen und dazu die Gesundheit möglichst lange erhalten. Bewegung ist dafür eines unserer Top-Rezepte - zumal in Gemeinschaft. Und das weit über sechzig Lebensjahre hinaus! Sport und Bewegung helfen, beim Älterwerden fit und gesund zu bleiben. Aktiver Freizeit- und Gesundheitssport ist aber auch unübertroffen, wenn es darum geht, wieder fit und gesund zu werden!

Nicht für alle Menschen ist das jedoch der Grund, sich eine Gruppe Gleichgesinnter im Turn- und Sportverein zu suchen. Deshalb ist der Organisationsgrad älterer Menschen, also der Anteil, der in einem Verein aktiven Älteren, zurzeit noch relativ gering. Nur 26 Prozent aller Männer und 13 Prozent aller Frauen über 60 Jahren sind Mitglied in einem BTV-Verein.

Die sportlichen Gruppen der S-Klasse in den Mitgliedsvereinen des BTV bieten eine ideale Möglichkeit Kontakte zu knüpfen. Denn unsere Vereine wissen um die Bedeutung der „Generation 50+“. Längst haben sie Angebote dafür entwickelt: seniorengerecht, schwungvoll, standfest und super einfach! Dazu der soziale Kontakt, Geselligkeit und ab und zu Kultur: eine perfekte Mischung! Ein wichtiger Schritt dazu: neue Mitarbeiter/innen für den Einsatz in den Vereinen und Gruppen im Seniorensport fördern!

Viele unserer Trainer/Übungsleiter haben qualifizierte Ausbildungen dazu absolviert. Sie können solche Gruppen ideal leiten. Aber: Gerade im Seniorensport kann ein Trainer/Übungsleiter einmal ausfallen oder die Gruppe braucht eine Aushilfe, der Trainer/Übungsleiter Unterstützung. Weil aber viele von

*Für Nichtvereinsmitglieder besteht während den Aus-, Fort- und Weiterbildungen des BTV kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung

den motivierbaren Mitarbeiter/innen nicht die komplette Ausbildung durchlaufen wollen, hat der BTV eine verkürzte Ausbildung geschaffen, welche in drei Tagen die wichtigsten Grundlagen für die Helfer des Trainers/Übungsleiters vermittelt.

Die Teilnehmer erlangen das nötige Grundwissen, um als Assistent zu fungieren bzw. als Vertretung für den Trainer/Übungsleiter einzuspringen. Wäre das nicht eine gute Idee für Ihre Gruppe und Ihren Verein? Dann melden Sie sich an! Herzlich Willkommen in der S-Klasse des BTV!

Die Weiterbildung (ohne Prüfung) bietet eine gesunde, auf die ganz speziellen Anforderungen des Seniorensports abgestimmte Mischung aus Theorie und Praxis, wobei die Praxis überwiegt.

Zulassungsvoraussetzungen

Die teilnehmenden Mitglieder von Turn- und Sportvereinen sollten imstande sein, die praktischen Übungen angemessen mitmachen zu können - sportliche „Höchstleistungen“ werden nicht abverlangt. Die Weiterbildung erstreckt sich über insgesamt 30 LE/UE. Auf Nachweis des Vereins, von bereits geleisteten Einsätzen und Mitarbeit im Verein, können 6 LE/UE angerechnet werden. Dafür muss das Formular „Bestätigung S-Klassen-Assistent“ mit der Lehrgangsanmeldung vorgelegt werden. Das Formular steht auf der BTV-Homepage / S-Klasse zum Download bereit.

Alle Interessenten müssen das 18. Lebensjahr vollendet haben.

Lehrgangsinhalte

Theorie: Bedeutung von Bewegung und richtiger Ernährung beim Älterwerden, Veränderungen, die sich im Alter ergeben, wie lernt der Erwachsene neue Bewegungsformen? Wie steht es mit der Trainierbarkeit im Alter?

Praxis

Wir vermitteln nach der „Schritt für Schritt“-Methode: Von der funktionellen Gymnastik mit oder ohne Handgeräte, über Geh-, Balance- und Haltungsschulung bis zu kleinen Spielen. Auch Gehirntraining wird mit einbezogen. Ausdauertraining in Form von Walking und Nordic Walking und Aerobic 50+ sowie Koordinationstraining ergänzen unser Bewegungsprogramm. Zusätzlich werden Themen wie Entspannung, Osteoporose und Sturzprophylaxe beleuchtet.

S-Klassen-Assistent (30 LE/UE)

Lg.-Nr: 12-241

Termin:	24.03.2012 und 21.-22.04.2012 (Sa und So jeweils 09:00 - 17:00 Uhr)
Ort:	Regensburg (Hans-Hermann-Schule)
Meldeschluss:	24.02.2012 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist
Meldeadresse:	Bayerischer Turnverband

AP vor Ort: Inge Schnitt

weitere Informationen:

BTV-Geschäftsstelle, Ildiko Berekmery, Tel: 089/15702-320,
E-Mail: berekmery@turnverband-bayern.de

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD:	120,00 €
Vereinsmitglieder ohne GYM CARD:	132,00 €
Nichtvereinsmitglieder:*	144,00 €

Fortbildungen zur LZV

Für beide Fortbildungen zur LZV (Lg.-Nr: 12-242 und 12-243) gilt:

LZV der Lizenzen:

1. Lizenzstufe: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit (alt: BTV-T), Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere (alt: BLSV-A), Übungsleiter C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche (alt: BSJ-J)

2. Lizenzstufe: Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere (alt: ZA Sport für Ältere), Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention (alt: ZA Prävention) sowie Verlängerung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit.DTB und der Dachmarke Sport pro Gesundheit

Lehrgangsführung:

Uschi Bauer, Anzengruber Str. 16, 82194 Gröbenzell,
Tel: 08142/9969, E-Mail: Bauer-Uschi@web.de

Fit 50+ (15 LE/UE)

Lg.-Nr: 12-242

Lehrgangsinhalte: Ausdauertraining zum Erhalt der Herz-Kreislauf Leistungsfähigkeit, altersgerechtes Kraft- und Stabilisationstraining zur Funktionserhaltung der Muskulatur, Balanceübungen als Sturzprophylaxe, Mobilisationsübungen für Wirbelsäule und Gelenke, sowie „Gehirnjogging“

Termin:	24.-25.03.2012 (Sa 09:30 - So 14:00 Uhr)
Ort:	96482 Ahorn bei Coburg (Mehrfachhalle, Alte Str. 10)
Meldeschluss:	24.02.2012 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist
Meldeadresse:	Bayerischer Turnverband

AP vor Ort: Karin Völkel, Birkenweg 15, 96450 Coburg,
Tel: 09561/511994, E-Mail: karinvoelkel@hotmail.com

Sonstiges: ÜN und Verpflegung bitte selbst organisieren

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD:	70,00 €
Vereinsmitglieder ohne GYM CARD:	77,00 €
Nichtvereinsmitglieder:*	84,00 €

Stabil und mobil ab der Lebensmitte (8 LE/UE) Lg.-Nr: 12-243

Lehrgangsinhalte: Stabilisations- und Kräftigungstraining zur Funktionserhaltung der Muskulatur, Balancetraining als Sturzprophylaxe, Mobilisation der Wirbelsäule und der Gelenke, Koordinations- und Denksportaufgaben zum Erhalt der geistigen Mobilität

Termin:	22.09.2012 (Sa 10:00 - 17:00 Uhr)
Ort:	89429 Bachhagel (Gemeindehalle)

*Für Nichtvereinsmitglieder besteht während den Aus-, Fort- und Weiterbildungen des BTV kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung

Meldeschluss: 01.09.2012 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist
Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

AP vor Ort:
 Ruth Schnauer, Fichtenstr. 10, 89429 Bachhagel,
 E-Mail: ruth.schnauer@web.de

TN-Gebühren	
Vereinsmitglieder mit GYMCARD:	40,00 €
Vereinsmitglieder ohne GYMCARD:	44,00 €
Nichtvereinsmitglieder:*	48,00 €

S-Klassen-Berater (15 LE/UE) Lg.-Nr: 12-244

Neu im BTV: Senioren beraten können

Lehrgangsinhalte: Unsere Vereine kümmern sich um Bewegung und Fitness unserer Mitglieder in der nachaktiven Zeit. Gesunder Sport und Bewegung helfen, beim Älterwerden möglichst lange fit und gesund zu bleiben. Das ist die sportpraktische Seite! Doch auch außerhalb der Übungsstunde sollen die 60+ Mitglieder sich im Verein wohlfühlen und Bindung an die Gemeinschaft verspüren. Mehr noch: Hier kann man jenseits der gemeinsamen Bewegung Erfahrung und Unterstützung gewinnen. Dazu verhelfen sollen unsere „S-Klassen-Berater“! Diese sollen Ansprechpartner der Senioren der Abteilung oder des gesamten Vereins sein, könnten das Bewegungsumfeld mitgestalten helfen und die Bindung an den Verein verbessern.

In unseren Seminaren werden u.a. Themen wie Freizeitgestaltung, Interessensvernetzung, Kontaktaufbau und -pflege oder auch Netzwerkarbeit für Senioren diskutiert. Das BTV-Angebot zur Ausbildung dieser „S-Klassen-Berater“ erschließt Netzwerke, Methoden der Kommunikation und Organisation und bietet praktikable Hilfe zur Selbsthilfe. Wir laden herzlich ein, das „Abenteuer S-Klassen-Berater“ auszuprobieren!

Termin: 29.-30.09.2012
 (Sa - So 09:00 - 15:00 Uhr)
Ort: 90537 Feucht (TSV 04 Feucht, Segersweg 9)
Meldeschluss: 29.08.2012 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist
Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

AP vor Ort: Fanny Seitz

weitere Informationen:
 BTV-Geschäftsstelle, Ildiko Berekmery, Tel: 089/15702-320,
 E-Mail: berekmery@turnverband-bayern.de

TN-Gebühren	
Vereinsmitglieder mit GYMCARD:	80,00 €
Vereinsmitglieder ohne GYMCARD:	88,00 €
Nichtvereinsmitglieder:*	96,00 €

Geschenk-Tipp!

150 Jahre Turnen in Bayern - Der Rückblick -

Klicken Sie sich rein auf

www.turnverband-bayern.de

Ob als Dankeschön, Geburtstagsgeschenk oder Motivation - diese Chronik passt immer.
 Anlässlich des 150-jährigen Bestehens gibt einer der ältesten Verbände im DOSB eine Veröffentlichung über seine bewegten Zeiten heraus.

und ordern Sie gleich Ihre Erinnerung an das Turnen in Bayern.

Das Werk von 144 Seiten kann sowohl in gebundener (Hardcover) als auch in Form einer Broschüre erworben werden.

