

**Präventionsgeprüftes Programm vom DTB: M.O.B.I.L.I.S light
- mehr bewegen, gesünder essen (8 LE/UE)
Lg.-Nr: 10-981**

Zulassungsvoraussetzungen: ZA Prävention mit dem Profil „Herz-Kreislauf“ oder berufliche Ausbildung (Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer) mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung.

Lizenzverlängerung:

alt: BTV-T, BLSV-A, BSJ-J und ZA Prävention. Mit der Verlängerung werden diese Lizenzen umbenannt. Siehe Seite 7 - 13.

neu: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit, Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere, Übungsleiter C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche, Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention

Sowie Verlängerung des Qualitätssiegels Sport pro Gesundheit.DTB/Pluspunkt Gesundheit.

Termin: 03.07.2010 (Sa 10:00 - 17:00 Uhr)
Ort: 92269 Fensterbach, Vitalhof "Beim Winter"
TN-Gebühr: **Vereinsmitglieder: 65,50 €** inkl. Skript (Lg.-Geb. 55,00 € + Verpflegung 10,50 €)
Nichtvereinsmitglieder: 76,50 € inkl. Skript (Lg.-Geb. 66,00 € + Verpflegung 10,50 €)
Meldeschluss: 03.06.2010 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist max. 25 TN
Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsinhalte: Neben zahlreichen Praxisbeispielen wird vor allem der Aufbau und die Kursstruktur des Kurs-Konzepts M.O.B.I.L.I.S. light vermittelt. Das M.O.B.I.L.I.S. light-Bewegungs- und Ernährungsprogramm ist so konzipiert, dass es die Voraussetzungen zur anteiligen Kostenerstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V erfüllt. Die Übungsleiter/innen erhalten ein umfangreiches Kursleitermanual, welches neben den Grundlagen zum Herz-Kreislauf-Training sowie zum Bereich „Ernährung und Bewegung“ auch Stundenbilder/Unterrichtsmaterial für den Kursleiter, Teilnehmerunterlagen sowie Formularvordrucke zur Organisation/Umsetzung des Kurses und Kooperation mit den Krankenkassen enthält.

**Präventionsgeprüftes Programm vom DTB:
Optiwell® (8 LE/UE) Lg.-Nr: 10-982**

Zielgruppe:

Ein Kursprogramm für Frauen zwischen 30 und 60 Jahren

Zulassungsvoraussetzungen:

ZA Prävention oder berufliche Ausbildung (Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer) mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung.

Lizenzverlängerung:

alt: BTV-T, BLSV-A, BSJ-J und ZA Prävention. Mit der Verlängerung werden diese Lizenzen umbenannt. Siehe Seite 7 - 13.

neu: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit, Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere, Übungsleiter C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche, Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention

Sowie Verlängerung des Qualitätssiegels Sport pro Gesundheit.DTB/Pluspunkt Gesundheit.

Termin: 04.07.2010 (So 10:00 - 17:00 Uhr)
Ort: 92269 Fensterbach, Vitalhof "Beim Winter"
TN-Gebühr: **Vereinsmitglieder: 65,50 €** inkl. Skript (Lg.-Geb. 55,00 € + Verpflegung 10,50 €)
Nichtvereinsmitglieder: 76,50 € inkl. Skript (Lg.-Geb. 66,00 € + Verpflegung 10,50 €)
Meldeschluss: 04.06.2010 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist max. 25 TN
Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsinhalte: Der Lehrgang vermittelt einen detaillierten Einblick in die Bausteine des Programms und legt besonderen Wert auf den effektiven Umgang mit dem Aero-Step®. Am Ende der Schulung sind die Teilnehmer befähigt, das Kursprogramm zu vermitteln. Das eigens dafür entwickelte Kursleitermanual und Organisationshandbuch wird in der Schulung vorgestellt. Das 12-stündige Kursprogramm hat den Charakter eines Motivationskurses, bei dem Körperbewusstsein, Körperwahrnehmung und Entspannung im Mittelpunkt stehen. Die Inhalte des Programms sind einfach. Zur Steigerung der physischen Ressourcen wird der Aero-Step®, eine instabile Unterlage, eingesetzt, welches ein noch nicht bekanntes Körpergefühl erleben lässt. Das Optiwell® Kursprogramm ist so konzipiert, dass es die Voraussetzungen zur anteiligen Kostenerstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V erfüllt.