

**Informationen für Übungsleiter, Jugendleiter,  
Erzieher, Sportlehrer, Vereinsvorstände**



*Aus- und  
Fortbildung*  
**2018**

*Sport ist uns're Sache.*

## **Inhaltsverzeichnis**

<i>Jahresübersicht Aus- und Fortbildung 2018</i> .....	02
<i>Der Kreissportbund Landkreis Leipzig</i> .....	03
<i>Übungsleiter Aus- und Fortbildung 2018</i> .....	04
<b><i>Übungsleiter Grundlehrgänge – sportartübergreifend</i></b> .....	<b>07</b>
<b><i>Übungsleiter Aufbaulehrgänge – sportartübergreifend</i></b> .....	<b>08</b>
<b><i>Lehrgänge zur Erlangung der Lizenz „Übungsleiter C“</i></b>	
<i>Lehrgänge zur Erlangung der Lizenz „Übungsleiter C“ für das Profil Erwachsene/ Ältere</i> .....	09
<i>Lehrgänge zur Erlangung der Lizenz „Übungsleiter C“ für das Profil Kinder/Jugendliche</i> .....	14
<b><i>Lehrgänge zur Verlängerung der Lizenz „Übungsleiter C“</i></b>	
<i>Lehrgänge zur Verlängerung der Lizenz „Übungsleiter C“ für das Profil Erwachsene/Ältere</i> .....	19
<i>Lehrgänge zur Verlängerung der Lizenz „Übungsleiter C“ für das Profil Kinder/Jugendliche</i> .....	20
<b><i>Bewegungsassistent „Sport mit Älteren“</i></b> .....	<b>21</b>
 <i>Weitere für die Lizenzverlängerung anerkannte Veranstaltungen</i> .....	 22
 <i>Anmeldeformular für Lehrgänge des Kreissportbundes</i> .....	 23
 <i>Impressum</i> .....	 24

# Kurskalender 2018

## Lizenz Übungsleiter C (Breitensport)

Monat	Datum	Kurs	Ort	Profil
März	01.03. bis 03.03. und 08.03. bis 10.03.	Grundlehrgang I	NAUNHOF	●
	17.03.	DRK 1. Hilfe am Kind	NAUNHOF	●
April	13.04.	Prüferschulung Deutsches Sportabzeichen	NAUNHOF	●
April	14.04.	Gruppenführungsführerschein	NAUNHOF	●
April	19.04. bis 21.04. und 27.04. bis 28.04.	Aufbaulehrgang I	NAUNHOF	●
Mai	05.05.	Inklusion im Sport – Seid Ihr dabei?	NAUNHOF	●
Mai	26.05.	Stressbewältigung/Entspannung	BORNA	●
Juni	02.06.	Rückenfitness	GRIMMA	●
	07.06.	Prüferschulung sächsisches Kindersportabzeichen FLIZZY	NAUNHOF	●
	16.06.	Grundlagen und Möglichkeiten der Erlebnispädagogik	NAUNHOF	●
	23.06.	Bewegungserziehung für 1-6 jährige	BORNA	●
	30.06.	Sportlicher Erfolg durch gesunde Ernährung	NAUNHOF	●
August	18.08.	HIIT-Faszientraining	BORNA	●
	25.08.	Grundlagentraining im Nachwuchssport Modul 1 – Kraft- und Ausdauertraining	NAUNHOF	●
September	01.09.	Pilates	NAUNHOF	●
	08.09.	Muskeltraining Best Age 60+	GRIMMA	●
	15.09.	Grundlagentraining im Nachwuchssport Modul 2 – Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining	GRIMMA	●
	22.09.	Funktionsgymnastik	NAUNHOF	●
	29.09.	Koordination – Propriozeptives Training – Sturzprophylaxe	BORNA	●
Oktober	18.10. bis 20.10. und 25.10. bis 27.10.	Grundlehrgang II	NAUNHOF	●
	18.10. bis 19.10.	Bewegungsassistent „Sport mit Älteren“	GRIMMA	●
November	03.11.	Grundlagentraining im Nachwuchssport Modul 3 – Koordination und Wahrnehmung	BORNA	●
	08.11. bis 10.11. und 16.11. bis 17.11.	Aufbaulehrgang II	NAUNHOF	●
	24.11.	Faszination Ball	BORNA	●
Dezember	01.12.	Spiele für jeden Zweck	GRIMMA	●
	08.12.	Sport und Spaß mit 50+	GRIMMA	●
	15.12.	Funktionelles Training	NAUNHOF	●

**Profil:** ● Pflichtmodul der Lizenzausbildung; ● Kinder/Jugendliche; ● Erwachsene/Ältere



[www.KSB-LL.de](http://www.KSB-LL.de)

**Geschäftsstelle:**

Bahnhofstraße 25  
04683 Naunhof  
Tel.: 034293-464090 Fax: 034293-464099  
E-Mail: [mail@KSB-LL.de](mailto:mail@KSB-LL.de)

**KSB-Mitarbeiter/innen:**

*Geschäftsführerin*

Andrea Heinze  
[a.heinze@KSB-LL.de](mailto:a.heinze@KSB-LL.de)

*Vereinsberater Veranstaltungs-  
Management*

Jörg Heidemann  
[j.heidemann@KSB-LL.de](mailto:j.heidemann@KSB-LL.de)

*Vereinsberater  
Aus- und Fortbildung*

Steffen Hartmann  
[s.hartmann@KSB-LL.de](mailto:s.hartmann@KSB-LL.de)

*Finanzen und Verwaltung*

Janet Mädler  
[mail@KSB-LL.de](mailto:mail@KSB-LL.de)

*Sportjugendkoordinator*

René Schober  
[sportjugend@KSB-LL.de](mailto:sportjugend@KSB-LL.de)

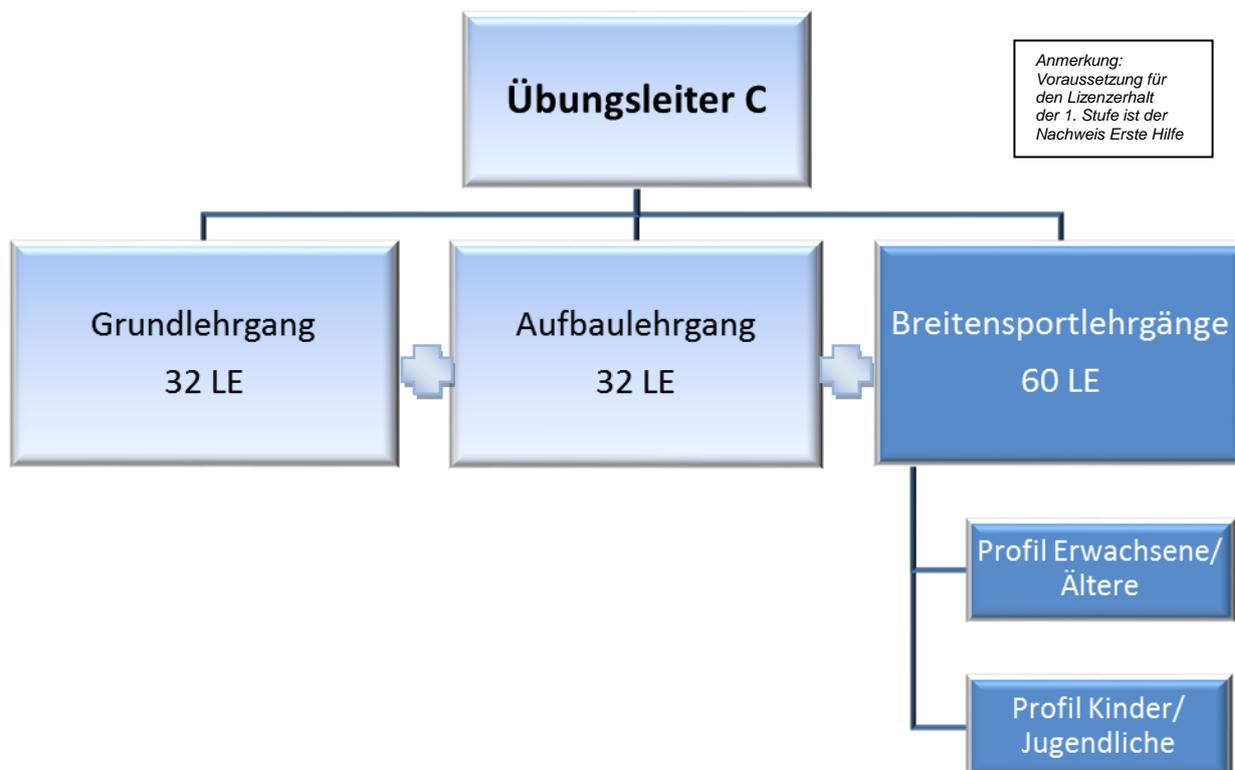
*Regionalkoordinator  
„KOMM! in den Sportverein –  
Netzwerke zur Bewegungsförderung“*

Jan Rodewald  
[j.rodewald@KSB-LL.de](mailto:j.rodewald@KSB-LL.de)

*Sachbearbeiterin Projekte*

Carola Heinze  
[c.heinze@KSB-LL.de](mailto:c.heinze@KSB-LL.de)

## Übungsleiter – Aus- und Fortbildung 2018 beim Kreissportbund Landkreis Leipzig



Übungsleiterausbildung vom Grundlehrgang bis zur Lizenz  
„Übungsleiter C“ (Profil Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Ältere)

**Der Kreissportbund Landkreis Leipzig bietet Lehrgänge für die gesamte Ausbildung zum Übungsleiter C und gleichzeitig viele interessante Angebote zur Weiterbildung und Lizenzverlängerung an!**

**Diese Ausbildung erfolgt nach den Rahmenrichtlinien des DOSB und des Landessportbundes Sachsen.**

### Allgemeine Informationen und Teilnahmebedingungen:

Die Ausbildung zum **Übungsleiter C** (1. Lizenzstufe) beinhaltet den sportartübergreifenden Grundlehrgang mit 32 Lerneinheiten (LE), den Aufbaulehrgang mit 32 LE und die Breitensportlizenzlehrgänge entweder im Profil **Erwachsene/Ältere** (60 LE) oder im Profil **Kinder/Jugendliche** (60 LE). Die angebotenen Lehrgänge können einzeln belegt werden. Die Gesamtausbildungsdauer zum Erwerb der Lizenz darf **zwei Jahre** nicht überschreiten. Es besteht die Möglichkeit, die Teilnahme an Lehrveranstaltungen anderer Bildungsträger per Teilnahmezertifikat nachzuweisen. Die Teilnahmebescheinigung „Erste Hilfe Ausbildung“ (9 LE) wird zur Lizenzerteilung ebenfalls benötigt!

Teilnehmer an den Veranstaltungen müssen im LG-Jahr 16 Jahre alt sein. Eine obere Altersbegrenzung ist nicht gegeben.

### Teilnehmergebühren

- |   |         |
|---|---------|
| ➤ sportartübergreifender Grundlehrgang (32 LE): | 45,00 € |
| ➤ Pflicht - Aufbaulehrgang (32 LE):             | 60,00 € |
| ➤ Breitensportlehrgänge:                        | 20,00 € |

Die Lehrgangsgebühr ist von Ihnen bis zu einem individuell festgelegten Zahlungsziel zu überweisen.

### Anmeldungen

müssen schriftlich oder online auf der Homepage unter [www.ksb-ll.de](http://www.ksb-ll.de) erfolgen. Das Anmeldeformular finden Sie in dieser Broschüre und ist zu senden an:

**KSB Landkreis Leipzig e.V.**  
**Bahnhofstraße 25, 04683 Naunhof**  
Mail: [s.hartmann@KSB-LL.de](mailto:s.hartmann@KSB-LL.de)

Fax: 034293-464099

#### *Hinweise zu Ausfallgebühren durch den Teilnehmer!*

Mit der schriftlichen Anmeldung und dem Erhalt der Bestätigung vom KSB verpflichtet sich der Teilnehmer am gesamten Lehrgang teilzunehmen (Freistellungen sind nicht möglich!). Bei unentschuldigtem Fehlen wird die Lehrgangsgebühr nicht erstattet. Bei Vorlage eines Krankenscheines oder Absagen bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn, wird die Lehrgangsgebühr erstattet.

## Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Übungsleiter Grundlehrgänge - sportartübergreifend

Der Grundlehrgang bildet den ersten Baustein in der Ausbildung von Übungsleitern und Trainern C der 1. Lizenzstufe. Anliegen ist es, elementare Grundlagen der Struktur und Aufgaben des Sports sowie des sportlichen Übens und Trainierens zu vermitteln, welche die Basis für weiterführende Lehrgänge sind.

Der Grundlehrgang umfasst insgesamt 32 LE!

### Grundlehrgang März 2018

**Teilnehmergebühr:** 45,00 Euro

**Termin:** 01.03.- 03.03. und 08.03.-10.03. **TN-Zahl: 35**

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstr. 25 - KSB Geschäftsstelle und Sporthalle der Oberschule Naunhof, Wurzener Str.38

**Zeiten:** Do., Fr. 17:00-21:00 Uhr und Sa. 9:00-16:00 Uhr

### Grundlehrgang Oktober 2018

**Teilnehmergebühr:** 45,00 Euro

**Termin:** 18.10.-20.10. und 25.10.-27.10. **TN-Zahl: 35**

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstr. 25, KSB Geschäftsstelle und Sporthalle der Oberschule Naunhof, Wurzener Str.38

**Zeiten:** Do., Fr. 17:00-21:00 Uhr und Sa. 9:00-16:00 Uhr

- Themen:**
- Aus- und Fortbildungssystem des DOSB
  - Sportselbstverwaltung
  - Aufbau und Ablauf des organisierten Sports in Sachsen
  - allgemeines Vereinsrecht
  - Sportversicherung (ARAG)
  - Haftungs-, Aufsichts- und Sorgfaltspflicht des Übungsleiters
  - Aufbau einer Übungseinheit; pädagogische Führung von Übungsgruppen
  - Charakteristik und Methodik der motorischen Grundeigenschaften
  - Belastungsgestaltung; Bedeutung der Erwärmung
  - Jugendschutzbestimmungen und Möglichkeiten der Suchtprävention im Sportverein
  - Sport ohne Doping
  - Übungsbeispiele (Hausarbeit)

## Übungsleiter Aufbaulehrgänge - sportartübergreifend

Im Aufbaulehrgang werden Inhalte für die Gestaltung sportartübergreifender Angebote unabhängig des Alters in Theorie und Praxis vermittelt.

Dieser Lehrgang ist sehr vielseitig angelegt und ist ein Pflichtteil in der Ausbildung zum Übungsleiter C „Breitensport“. Der Aufbaulehrgang umfasst insgesamt 32 LE!

### Aufbaulehrgang April 2018

**Teilnehmergebühr:** 60,00 Euro

**Termin:** 19.04.-21.04. und 27.04.-28.04. **TN-Zahl: 25**

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstr. 25, KSB-Geschäftsstelle  
und Sporthalle der Oberschule Naunhof, Wurzener Str. 38

**Zeiten:** Do., Fr. 17:00-21:00 Uhr und Sa. 9:00-16:00 Uhr

### Aufbaulehrgang November 2018

**Teilnehmergebühr:** 60,00 Euro

**Termin:** 08.11.-11.11. und 16.-17.11. **TN-Zahl: 25**

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstr. 25, KSB-Geschäftsstelle  
und Sporthalle der Oberschule Naunhof, Wurzener Str. 38

**Zeiten:** Do., Fr. 17:00-21:00 Uhr und Sa. 9:00-16:00 Uhr

**Themen:**

- Funktionelle Gymnastik, Übungsbeispiele
- Grundlagen der Spiele (Struktur und Überblick)
- Kleine Spiele
- Das Deutsche Sportabzeichen  
(Bedingungen, Erwerb der Prüferlizenz, Test)
- Sport interkulturell
- Weltoffenes Sachsen
- Gesunde Ernährung
- Grundlagen der Sportart Leichtathletik und praktische Einführung
- leichte Athletik mit Kindern

## Lehrgänge zur Erlangung der Lizenz „Übungsleiter C“ für das Profil Erwachsene/ Ältere

**Br LG Nr. 04/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Stressbewältigung/ Entspannung (8 LE)**

Inhalt dieser Fortbildung ist das Kennenlernen und Ausprobieren von Übungsformen und Methoden zur Stressbewältigung und Entspannungsförderung. Diese sollen durch praxisnahe und alltagstaugliche Übungen vermittelt werden, um die Übungsstunden abwechslungsreich und vielseitig gestalten zu können.

<b>Termin:</b>	Samstag 26.05.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule, Dinterplatz 3
<b>Referent:</b>	Frank Rauschenbach
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 5/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Rückenfitness (8 LE)**

Dieser Lehrgang zeigt Ihnen Übungen zur Stärkung der Rücken- und Rumpfmuskulatur. Des Weiteren erhalten sie Tipps zur rückenschonenden Gestaltung des Alltags.

<b>Termin:</b>	Samstag 02.06.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule Hohnstädt, Schillerstraße 6
<b>Referent:</b>	Roland Thorand
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 9/2018****TN-Zahl: 25****Sportlicher Erfolg durch gesunde Ernährung (8 LE)**

In diesem Lehrgang lernen Sie wie man mit einfachen Mitteln seine Ernährung auf die speziellen Bedürfnisse eines Sportlers abstimmen kann.

Des Weiteren werden Kenntnisse zur Nahrungsmittelzusammensetzung, Nahrungsmittelzubereitung und der Nahrungsaufnahme vor, während und nach sportlichen Belastungen vermittelt.

<b>Termin:</b>	Samstag 30.06.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04683 Naunhof, Bahnhofstr. 25, Geschäftsstelle des Kreissportbundes, Versammlungsraum
<b>Referent:</b>	René Dolge
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 10/2018****TN-Zahl: 20****HIIT & Faszientraining (8 LE)**

Hochintensives Intervalltraining ist derzeit weltweit der Fitnesstrend Nr. 1. Kein Wunder, denn es verspricht eine stärkere Verbesserung der Ausdauer als konstantes Cardio-Training und zusätzlichen Muskelaufbau. Und dazu benötigt man gerade mal ein Drittel der Zeit. In diesem Seminar stellen wir Euch verschiedene Methoden vor und zeigen Euch, wie man in einem ganzheitlichen Training Mobilisations- und Faszientraining in die Übungseinheit integriert.

<b>Termin:</b>	Samstag 18.08.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule, Dinterplatz 3
<b>Referent:</b>	René Schober
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 12/2018**  
**Pilates (8 LE)**

**TN-Zahl: 20**

Pilates ist eine effektive Methode zur Beseitigung muskulärer Dysbalancen und kann somit auch einen Beitrag zur bewegungstherapeutischen Rehabilitation leisten. Ausgehend von einem kurzen Abriss zur Geschichte und Philosophie von Pilates werden die sechs Grundprinzipien erläutert, denen die Methoden des Pilatestrainings zugrunde liegen. Im Hauptteil des Lehrgangs lernen die Teilnehmer 25 Standard-Übungen kennen, die so ausführlich erläutert und demonstriert werden, dass sie nach dem Erlernen und Üben von jedem Einzelnen anschaulich weitervermittelt werden können.

<b>Termin:</b>	Samstag 01.09.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule, Wurzener Str. 38
<b>Referentin:</b>	Katrin Kimuanga
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr.15/2018**  
**Funktionsgymnastik im Breitensport (8 LE)**

**TN-Zahl: 20**

Dieser Lehrgang zeigt Übungen zur Behebung von muskulären Dysbalancen und zur Stabilisierung der Körpermitte durch Kräftigung der Rumpfmuskulatur.

<b>Termin:</b>	Samstag 22.09.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule, Wurzener Str. 38
<b>Referent:</b>	Roland Thorand
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 16/2018****TN-Zahl: 20****Koordination – Propriozeptives Training – Sturzprophylaxe (8 LE)**

In diesem Seminar wird das Thema Koordinationstraining genauer beleuchtet. Um die koordinativen Fähigkeiten zu verbessern, müssen im Training permanent neue Impulse gesetzt werden. Die Propriozeption als Teilaspekt des koordinativen Trainings dient der Verbesserung der Körperwahrnehmung und Bewegungskontrolle und ist somit das effektivste Training um sich dem Thema Sturzprophylaxe zu nähern.

- Termin:** Samstag 29.09.18, 09:00-16:00 Uhr
- Ort:** 04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule,  
Dinterplatz 3
- Referent:** Carsten Wölffling
- Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 21/2018****TN-Zahl: 20****Funktionelles Training (8 LE)**

Funktionelles Training verbessert effektiv die Fitness Ihres Körpers, mit dem Ziel Koordination, Geschwindigkeit, Schnellkraft, Maximalkraft, Kraftausdauer und Beweglichkeit zu optimieren.

- Termin:** Samstag 15.12.18, 09:00-16:00 Uhr
- Ort:** 04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule,  
Wurzener Str. 38
- Referent:** Carsten Wölffling
- Teilnehmergebühr:** 20,00 €

## Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Die große Sportparty im Landkreis Leipzig*

# *Sportlerball 2018*

Am **24. März 2018**  
in der Stadthalle Zwenkau.

Kartenvorbestellung unter  
Tel.: 034293 464090 oder per  
E-Mail an [mail@ksb-ll.de](mailto:mail@ksb-ll.de)



*Sport ist uns're Sache.*



Kreissportbund  
Landkreis Leipzig

## Lehrgänge zur Erlangung der Lizenz Übungsleiter C für das Profil Kinder/ Jugendliche

**Br LG Nr. 1/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **1. Hilfe am Kind (9 LE)**

Dieser Lehrgang beschäftigt sich mit typischen Ersthilfe-Fällen im Sport in dem sensiblen Bereich des Kindesalters. Typische Verletzungen werden vorgestellt und deren Vermeidung sowie Versorgung behandelt. Zudem können wichtige Hilfsmaßnahmen bei Kindernotfällen geübt werden. Dieser Kurs richtet sich an alle aktiven Sportler, Übungsleiter und Trainer, Betreuer sowie alle, die im Sport mit Kindern zu tun haben und bietet die optimale Möglichkeit, die Gesundheit unserer jüngsten Mitmenschen zu schützen und zu bewahren.

**Das Angebot wird als „Erste Hilfe“ - Nachweis für die Lizenzerlangung anerkannt.**

**Termin:** Samstag 17.03.18, 08:30-16:30 Uhr

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstraße 25, Geschäftsstelle des Kreissportbundes, Versammlungsraum

**Referent:** DRK - Kreisverband Leipzig-Land e.V.

**Teilnehmergebühr:** 35,00 €

**Br LG Nr. 6/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Prüferausbildung für das Sächsische Kindersportabzeichen (4 LE)**

Das Sächsische Kindersportabzeichen „FLIZZY“ umfasst sieben altersgerechte Stationen, an denen sich die Kinder (3-6/7 Jahre) ausprobieren und Punkte sammeln können. Abgenommen wird es durch geschulte sowie zertifizierte Prüfer innerhalb von Spiel- und Sportfesten (Vereine, Kindergärten, etc.). Die angebotene Ausbildung zertifiziert bereits tätige Übungsleiter im Verein als Prüfer und befähigt BetreuerInnen sowie ErzieherInnen zur aktiven Unterstützung der Abnahme von „FLIZZY“. Weitere Informationen zum Sächsischen Kindersportabzeichen sind auf der Homepage des Kreissportbundes zu finden oder direkt beim Ansprechpartner Jan Rodewald zu erfragen.

**Termin:** Donnerstag 07.06.18, 17:00-20:00 Uhr

**Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstraße 25, Geschäftsstelle des Kreissportbundes, Versammlungsraum

**Referent:** Jan Rodewald

**Teilnehmergebühr:** kostenlos

**Br LG Nr. 07/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Grundlagen & Möglichkeiten der Erlebnispädagogik (8 LE)**

Wahrnehmen, Bewegen, Begreifen, Probleme lösen und schwierige Kinder integrieren. Die Fortbildung richtet sich an Übungsleiter, die dafür notwendige Methoden in ihre praktische Arbeit einfließen lassen wollen. Dazu wird neben bewährten psychomotorischen Inhalten auch auf leicht umsetzbare und wirkungsvolle erlebnispädagogische Übungsformen zurückgegriffen. Zusätzlich werden das soziale Lernen und der Umgang mit schwierigen Kindern thematisiert und Spielideen dazu erprobt und entwickelt.

**Termin:** Samstag 16.06.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule,  
Wurzener Str. 38

**Referent:** Hagen Wulff

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 8/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Bewegungserziehung für 1-6 jährige – spielerisch laufen, hüpfen und springen (8 LE)**

Kinder brauchen vielseitige Bewegungsanreize, um sich gesund entwickeln zu können. Diese Fortbildung gibt Ideen zur Gestaltung von Übungseinheiten für Übungsleiter/innen und Erzieher/innen im Vorschulsport.

**Termin:** Samstag 23.06.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule,  
Dinterplatz 3

**Referentin:** Franziska Meuser

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 11/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Grundlagentraining im Nachwuchssport  
Modul 1 – Kraft- und Ausdauertraining (8 LE)**

Der Grundstein für eine gute sportliche Ausbildung wird vor allem im Kindesalter gelegt. Diese Fortbildung beleuchtet Grundlagen des altersgerechten Kraft- und Ausdauertrainings.

**Termin:** Samstag 25.08.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule,  
Wurzener Str. 38

**Referent:** Rafal Brenk

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 14/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Grundlagentraining im Nachwuchssport  
Modul 2 – Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining (8 LE)**

Der Grundstein für eine gute sportliche Ausbildung wird vor allem im Kindesalter gelegt. Diese Fortbildung beleuchtet Grundlagen des altersgerechten Schnelligkeits- und Beweglichkeitstrainings.

**Termin:** Samstag 15.09.18, 9:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule „Bücherwurm“  
Vorwerkstr. 34

**Referent:** Jürgen Franke

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 17/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Grundlagentraining im Nachwuchssport**

**Modul 3 – Koordination und Wahrnehmung (8 LE)**

Der Grundstein für eine gute sportliche Ausbildung wird vor allem im Kindesalter gelegt. Diese Fortbildung beleuchtet Grundlagen des Trainings der koordinativen Fähigkeiten.

<b>Termin:</b>	Samstag 03.11.18, 9:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule, Dinterplatz 3
<b>Referent:</b>	Hagen Wulff
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 18/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Faszination Ball (8 LE)**

Ein Tor im Fußball oder der Punkt im Volleyball stehen für zählbare Erfolge in Sportarten. Inhalt dieser Fortbildung soll die dafür benötigte ballsportliche Grundausbildung für Kinder und Jugendliche sein.

<b>Termin:</b>	Samstag 24.11.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04552 Borna, Sporthalle der Dinteroberschule, Dinterplatz 3
<b>Referent:</b>	Rico Gottwald
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 19/2018**

**TN-Zahl: 20**

**Spiele für jeden Zweck (8 LE)**

Im Vordergrund dieses Lehrganges steht, dass vielseitige Spielen, das Erlernen spielübergreifender Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie die soziale Komponente in den Sportspielen.

**Termin:** Samstag 01.12.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule Hohnstädt,  
Schillerstraße 6

**Referent:** Rico Gottwald

# SPORTCHAMP 2017

Ehrung der Nachwuchssportler am 15. März 2018  
in der Freizeithalle Grimma



## Lehrgänge zur Verlängerung der Lizenz Übungsleiter C für das Profil Erwachsene/ Ältere

**Br LG Nr. 13/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Muskeltraining Best Age 60+ (8 LE)**

Im besonderen Fokus der Fortbildung steht die persönliche Wahrnehmung, die für die Erhaltung der Gesundheit bedeutsam ist. Inhalte sind unter anderem einfache Übungen aus dem Bereich des Yoga, Rückenstabilisation mit Hilfe von Kleingeräten, mobilisierende Ganzkörperworkouts und entspannende Atemübungen für Körper und Geist.

**Termin:** Samstag 08.09.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule Hohnstädt,  
Schillerstraße 6

**Referentin:** Dr. Gudrun Paul

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

**Br LG Nr. 20/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Sport und Spaß mit 50+ (8 LE)**

Im Mittelpunkt des Seminars stehen Gestaltungsmöglichkeiten von Sportangeboten „50 plus“ im Bereich Muskelkräftigung, Dehnung und Fitnessgymnastik.

**Termin:** Samstag 08.12.18, 09:00-16:00 Uhr

**Ort:** 04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule Hohnstädt,  
Schillerstraße 6

**Referent:** Frank Rauschenbach

**Teilnehmergebühr:** 20,00 €

## Lehrgänge zur Verlängerung der Lizenz Übungsleiter C für das Profil Kinder/ Jugendliche

**Br LG Nr. 02/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Gruppenführungsführerschein – Tipps und Tricks im kommunikativen Umgang mit Kindern und Jugendlichen (8 LE)**

Sind die Kinder mal wieder außer Rand und Band? Deine Stimme ist schon rau wie ein Reibeisen vom vielen Erzählen?

In diesem Seminar bekommst du die besten praxiserprobten Methoden aus der Erfahrung von über 500 Schulungen mit Kindern und Jugendlichen zur Führung von Gruppen aufgezeigt. Die praktische Vermittlung, das eigene Anwenden und der Austausch stehen dabei im Mittelpunkt. Gleichzeitig erhältst du neue Spielideen zur Bewegungsförderung und Tipps wie du entspannt in Gruppentrainings gehen kannst.

<b>Termin:</b>	Samstag 14.04.18, 9:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule, Wurzener Str. 38
<b>Referent:</b>	Sascha Drescher
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

**Br LG Nr. 03/2018**

**TN-Zahl: 20**

### **Inklusion im Sport – Seid Ihr dabei? (8 LE)**

Gemeinsam verschieden sein – jeder Mensch gehört ganz natürlich dazu. Unabhängig davon wie er aussieht, was für eine Sprache er spricht oder im Fall dieser Lehrgangsthematik, ob er eine Behinderung hat. Im Alltag unseres Vereinslebens wollen wir diese Gemeinsamkeit leben. Das Seminar beleuchtet zunächst theoretische Begriffsdefinitionen, sowie die aktuellen organisierten Strukturen zum Thema Inklusion im Raum Leipzig. Durch einen praktischen Mix lernst du außerdem Konzepte, Methoden und Materialien für Sportangebote mit heterogenen Gruppen kennen.

<b>Termin:</b>	Samstag 05.05.18, 09:00-16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	04683 Naunhof, Sporthalle der Oberschule, Wurzener Str. 38
<b>Referent:</b>	Christoph Herzog
<b>Teilnehmergebühr:</b>	20,00 €

## Bewegungsassistent „Sport mit Älteren“ (16 LE)

Durch Bewegung Jahr für Jahr aktiv bleiben und so gesund älter werden. Das sind die Ziele, die Bewegungsassistenten bestmöglich vermitteln und begleiten sollen. Dieser Lehrgang beinhaltet dazu theoretische und sportpraktische Module, welche für die Besonderheiten im Altersbereich 50+ sensibilisieren und zur Anleitung befähigen. Themen sind u.a.:

- Voraussetzungen der Zielgruppe 50+
- Planung und Aufbau einer Übungsstunde
- Bewegung und Gedächtnis
- Kognition und Koordination
- Herz - Kreislauf - Training mit Musik
- Funktionelles Krafttraining
- Schulung Beweglichkeit
- Sturzprophylaxe
- Mobilisation und Entspannung
- Tests zur Feststellung der körperlichen Fitness

**Termin:** Donnerstag 18.10.18, 09:00-17:00 Uhr  
Freitag 19.10.18, 08:00-12:00 Uhr

**Ort:** 04668 Grimma, Sporthalle der Grundschule Hohnstädt,  
Schillerstraße 6

**Referentin:** Dr. Gudrun Paul

**Teilnehmergebühr:** 40,00 €

Die Ausbildung richtet sich an Vereinsmitglieder sowie an Interessenten außerhalb des organisierten Sports (z.B. Seniorenorganisationen und -einrichtungen) und wird innerhalb der Übungsleiter C - Lizenzlehrgänge anerkannt. Die Fortbildung schließt mit einem Zertifikat ab. Weiterführende Bildungsangebote für diesen Altersbereich können dieser Broschüre entnommen werden.

Hinweis: Fehlende Angaben (Termine, Zeit, Veranstaltungsort sowie Referenten) bzw. Änderungen werden rechtzeitig im Internet [www.KSB-LL.de](http://www.KSB-LL.de) veröffentlicht.

## Weitere für die Lizenzverlängerung anerkannte Veranstaltungen

### Schulung für Prüfer des Deutschen Sportabzeichens (4 LE)

Diese Schulung richtet sich an Personen die bereits im Besitz eines Prüferausweises sind und diesen verlängern möchten. Inhalte der Fortbildung sind unter Anderem aktuelle Themen zum DSA, neue Wettbewerbskriterien und Information zum Onlineportal des Deutschen Sportabzeichens.

- Termin:** Freitag 13.04.18, 18:00-21:00 Uhr
- Ort:** 04683 Naunhof, Bahnhofstraße 25, Geschäftsstelle des Kreissportbundes, Versammlungsraum
- Referentin:** Carola Heinze
- Teilnehmergebühr:** kostenlos

### 4. Grimmaer Frauensportabend (4 LE)

Der Gymnastikverein Grimma, die Stadt Grimma und der Kreissportbund Landkreis Leipzig laden alle sportbegeisterten Frauen der Grimmaer Vereine und Interessenten aus dem Sportkreis zu unserem gemeinsamen Sporthighlight der besonderen Art ein. „Bewegte Frauen- fit und gesund“ - unter diesem Motto werden trendige Bewegungsprogramme aus dem Bereich Fitness – und Gesundheitssport kurzweilig von kompetenten Trainern und Presentern vorgestellt. Das Spektrum umfasst motivierende Aerobic, Workout für den ganzen Körper, Rückentraining im Flow bis zu neuartigen sanften Bewegungen.

Die Teilnahme ist für alle möglich, Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Mit diesem Angebot möchte der Gymnastikverein Grimma gemeinsam mit seinen Partnern auch in 2018 die erfolgreiche Veranstaltungsreihe fortführen.

- Termin:** Mittwoch 30.05.18, 18:00-20:30 Uhr
- Ort:** 04668 Grimma, Colditzer Straße 34, Sporthalle des Johann-Gottfried Seume - Gymnasiums
- Teilnehmergebühr:** kostenlos
- Anmeldung/ Anfragen:** [info@gvgrimma.de](mailto:info@gvgrimma.de), Tel. 03437-919781 / 0170-5635630

## Anmeldeformular für Lehrgänge des Kreissportbundes Landkreis Leipzig 2018

- Anmeldung für Übungsleiter- Grundlehrgang März 2018 (32 LE)
- Anmeldung für Übungsleiter- Grundlehrgang Oktober 2018 (32 LE)
- Anmeldung für den Aufbaulehrgang April 2018 (32 LE)
- Anmeldung für den Aufbaulehrgang November 2018 (32 LE)
- Anmeldung für den/die Breitensportlehrgang/-gänge Nr. ....

**Hiermit melde ich mich verbindlich zu o.g. Lehrgängen an:**

**NAME:** ..... **VORNAME:** .....

**Geburtsdatum:** .....

**Anschrift – Straße:** .....

**PLZ Wohnort:** .....

**Beruf:** .....

**Telefon:** ..... **Fax:** .....

**E-Mail:** .....

**Vereinsname:** .....

**Sportart:** .....

*Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an. Ich bin damit einverstanden, dass meine Angaben in der Teilnehmerliste erscheinen. Die Angaben sind für die Versicherung und spätere Lizenzeinreichung notwendig.*

**Datum:** ..... **Unterschrift:** .....

Unterschrift der Eltern bei Minderjährigen: .....

Bestätigung des Vereines (wenn gewünscht): .....

**Anmeldungen nur schriftlich an: Kreissportbund Landkreis Leipzig e.V.**  
**Herr Hartmann**  
**Bahnhofstraße 25**  
**04683 Naunhof**

**Fax: 034293 464099**

**E-Mail: [s.hartmann@KSB-LL.de](mailto:s.hartmann@KSB-LL.de)**

*Impressum*

*Herausgeber: Kreissportbund Landkreis Leipzig*  
*Redaktion: Steffen Hartmann*  
*Umschlagseite: Torsten Klemmer, [www.tokledesign.de](http://www.tokledesign.de)*  
*Druck: KSB LL*  
*Auflage: 500 Exemplare*  
*Diese Broschüre wird kostenlos abgegeben.*