



**SPORTBUND
RHEINLAND**

COMEBACK DER BEWEGUNG

SBR Management-Akademie & Bildung Sportpraxis
Lehrgangsplan 2022

Wir bewegen Menschen.

ENDLICH WIEDER IM VEREIN:

***DIE AUSSICHT GENIESSEN
STATT WÄNDE ANSTARREN.***

WWW.SPORTBUND-RHEINLAND.DE



D3009

14/2021

SPORTInFORM

Das Magazin des Sports in Rheinland-Pfalz

sportbund-rheinland.de

MIT DEINEM NEUWAGEN ZUM NÄCHSTEN LEHRGANG

FLEXIBEL & RUNDUM VERSORGT IN UNSERER KOMPLETTRATE:

- » MONATLICHE RATE
- » AB 12 MONATE VERTRAGSLAUFZEIT
- » INKL. 10.000-30.000 KM FREILAUFLEISTUNG
- » INKL. KFZ-VERSICHERUNG & KFZ-STEUER
- » INKL. ÜBERFÜHRUNGS- & ZULASSUNGSKOSTEN
- » KEINE ANZAHLUNG, KEINE SCHLUSSRATE

Zusätzlich bieten wir Dir eine persönliche Betreuung, einen Rundum-Service & eine 24 Std. Schadenaufnahme. Du musst dich um nichts mehr kümmern, *nur selber tanken!*



Hier findest Du weitere Infos zu unserem Konzept & zu unseren Auto-Angeboten.
Bei Fragen melde Dich einfach - wir beraten Dich gerne!



ASS Athletic Sport Sponsoring | Tel.: 0234 95128-40

info@ichbindeinauto.de

www.ichbindeinauto.de

Partner des:





■ Liebe Sportfreunde, liebe Sportfreundinnen,

in Ihren Händen liegt der Lehrgangsplan 2022 des Sportbundes Rheinland. Und ebenso wie der Lehrgangsplan 2021 ist auch dieses Druckwerk mit vielen Vorbehalten versehen. Waren wir noch vor einem Jahr der Annahme, dass wir die Corona-Pandemie bald hinter uns lassen können, hat uns die Wirklichkeit etwas Anderes gelehrt. Das Virus verbreitet sich wieder mehr denn je und auch der organisierte Sport muss weiter Beschränkungen auf sich nehmen.

Wenn Sie unsere Aus- und Fortbildungsangebote aufmerksam lesen, werden Sie erkennen, dass wieder viele Lehrgänge in digitalen oder in hybriden Formaten angeboten werden. Die Erfahrungen der vergangenen Wochen und Monate haben uns darin bestärkt, die Digitalisierung unseres Aus- und Fortbildungswesens weiterzuentwickeln, um damit wie bisher als moderner Dienstleister für unsere Vereine und Verbände in dieser schweren Zeit agieren zu können.

Dies ist aber nur möglich, weil unsere Referenten und Referentinnen diesen Weg mit uns und Ihnen gehen wollen. Viele von ihnen ließen sich von uns fortbilden und erklärten sich bereit, auf digitale Formate umzusteigen. Dafür bedanken wir uns an dieser Stelle sehr herzlich.

Wir sind uns bewusst, dass trotz allen Fortschrittes einem digitalen Lehrgangsangebot Grenzen gesetzt sind. Denn Sport lebt vom Wettkampf und gemeinsamen Üben im realen Raum, in Hallen und auf Sportplätzen, von Begegnungen, die Nähe und Körperkontakt ermöglichen – kurzum von all dem, was wir derzeit wieder alle vermissen.

So ist die Aktion des Deutschen Olympischen Sportbundes „COMEBACK DER BEWEGUNG“ auch Ausdruck unserer Sehnsucht für das Jahr 2022. Lassen Sie uns gemeinsam dieses Motto mit Leben erfüllen, indem wir der Pandemie weiterhin mit Tatkraft und Ideenreichtum begegnen. Uns verbindet dabei die Hoffnung, diese Ausnahmesituation bald hinter uns zu lassen, und in 2022 zu einem geregelten Übungs- und Spielbetrieb in unseren Vereinen zurückzukehren.

Ohne Sie, liebe Übungsleiter und Vereinsvorstände, wäre dieses Comeback nicht möglich. Denn Sie sind unsere Verbindung zur Basis und damit die tragenden Säulen Ihres Vereins. Daher ist es uns ein großes Bedürfnis, Ihnen für das Interesse an unserem Sportbund und für das Engagement in Ihrem Verein im Jahr 2022 zu danken!

Mit sportlichen Grüßen

Monika Sauer
Präsidentin

Martin Weinitschke
Geschäftsführer

-  [Sportbund-Rheinland.de](https://www.sportbund-rheinland.de)
-  [SportbundRheinland](https://www.facebook.com/SportbundRheinland)
-  [SportbundRheinland](https://www.instagram.com/SportbundRheinland)
-  [Sportbund_RL](https://twitter.com/Sportbund_RL)
-  [SportbundRheinland](https://www.youtube.com/SportbundRheinland)



**SPORTBUND
RHEINLAND**

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Samstag, 25. Juni 2022 – 10 Uhr – Kulturhalle Ochtendung

Wir bewegen Menschen.



Foto: SBR

#ComeBackDerBewegung
#MehrVereinImSport
sportbund-rheinland.de

■ Inhalt

Vorwort	Seite 3
HIGHLIGHTS	Seite 6
VEREINSMANAGEMENT – SBR MANAGEMENT-AKADEMIE	Seite 14
Beratungsangebot	Seite 14
Ausbildungsstruktur	Seite 17
Terminübersicht	Seite 18
EDV-Seminare	Seite 20
Ausbildungen	Seite 22
1. Lizenzstufe – Vereinsmanager-C	Seite 22
2. Lizenzstufe – Vereinsmanager-B	Seite 24
Lehrgänge mit Zertifikat	Seite 26
DOSB Jugendleiter-Lizenz	Seite 28
Fortbildungen	Seite 29
Mehrtägige Seminare	Seite 29
Tagesseminare	Seite 30
Kurzseminare	Seite 34
Sonderveranstaltungen	Seite 49
SPORTPRAXIS	Seite 52
Ausbildungsstruktur	Seite 53
Terminübersicht	Seite 54
Ausbildungen	Seite 61
1. Lizenzstufe – Übungsleiter-C	Seite 62
2. Lizenzstufe – Übungsleiter-B	Seite 65
Lehrgänge mit Zertifikat	Seite 66
Ferienbetreuung	Seite 68
Fortbildungen	Seite 72
Profil Kinder / Jugendliche	Seite 72
Profil Erwachsene / Ältere	Seite 87
Sport im Ganzttag	Seite 111
Deutsches Sportabzeichen	Seite 112
ALLGEMEINES	Seite 114
Unsere Geschäftsstelle	Seite 114
Ihre Ansprechpartner in den Sportkreisen	Seite 116
Ihre Fachverbände	Seite 117
Teilnahmebedingungen	Seite 118

IMPRESSUM

Herausgeber: Sportbund Rheinland e.V., Rheinau 11, 56075 Koblenz
 Tel.: 0261 135-0
 Fax: 0261 135-110
 E-Mail: info@sportbund-rheinland.de
 Internet: www.sportbund-rheinland.de

V.i.S.d.P.: Monika Sauer
 Layout & Druck: Druckerei Seyl, Koblenz
 Fotos: Sportbund Rheinland, LSB RLP/iStock
 Auflage: 7.500 Exemplare
 Erscheinungsdatum: 15.12.2021
 Vereinsregisternummer VR1040 beim Amtsgericht Koblenz



Fotos: LSB RLP / iStock / Andrii Yalanskyi

■ Forum: Startschuss für SBR Peer-Group Coachings

Seit der Einführung im Jahr 2020 ist das Vereinsdashboard RLP in aller Munde. Die Plattform verknüpft die Ergebnisse zweier Vereinsbefragungen sowie weiterer relevante Daten und erstellt daraus individuelle Auswertungen für jeden Verein. Diese Analysen bilden

eine hervorragende Grundlage für einen umfassenden Vereinsentwicklungsprozess, den wir im Jahr 2022 durch unterschiedliche Beratungsangebote begleiten möchten. Einige Vereine werden die Gelegenheit haben, an unseren sogenannten Peer-Group Coachings teilzunehmen. Was verbirgt sich hinter diesem Begriff? Das Peer-Group Coaching besteht aus der regelmäßigen Zusammenkunft einer festen Gruppe von Vereinsvertretern, einem definierten Ablauf und der Anleitung durch eine Moderatorin. Während dieser Treffen werden konkrete Fälle und Fragestellungen aus der Vereinspraxis der Teilnehmer im Detail und lösungsorientiert durchgearbeitet. Wie der genaue Ablauf ist und welche große Chance für Ihre Vereinsentwicklung sich daraus ergibt, darüber möchten wir Sie in diesem Forum informieren.

LG: MA22-502
Termin: 11.02.2022, 18 - 20 Uhr
Ort: Koblenz

Informationen:

Ines Cukjati
Tel.: (02 61) 1 35 – 2 74
E-Mail: Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de



Foto: LSB RLP / iStock / Astriid860

■ Fachtagung: Update Steuern & Recht



Gesetzliche Änderungen und gerichtliche Entscheidungen sorgen für einen stetigen Wandel. Höchste Zeit also für ein Update in Sachen Steuern & Recht im Verein! Über entscheidende Neuerungen und aktuelle Entwicklungen informieren wir Sie im Rahmen dieser Fachtagung. Unser Steuerexperte Horst Lienig

erläutert steuerrechtlich relevante Änderungen und die daraus resultierenden Folgen für Ihre Vereinspraxis. Im Anschluss wird Rechtsanwalt Stefan Schwarz einen Einblick in aktuelle Themen rund um das Vereinsrecht geben und Ihnen anhand praxisnaher Fälle zu mehr Rechtssicherheit verhelfen. Bringen Sie sich mit uns gemeinsam auf den letzten Stand!

LG: MA22-503
Termin: 02.04.2022, 10 - 14 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Informationen:

Ines Cukjati
Tel.: (02 61) 1 35 – 2 74
E-Mail: Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de

#WirLebenSport

Mach mit und werde Teil der größten Online-Community für Sportvereine im Südwesten.
Jetzt anmelden auf **www.vereinsleben.de**.



HIGHLIGHTS



Foto: LSB RLP / iStock / stefanschurr

ren. Die Stationen werden von erfahrenen Sportabzeichen-Prüfern betreut, die hilfreiche Tipps fürs Training geben oder auch gleich die Sportabzeichen-Prüfung abnehmen können. Beweisen Sie Ihre Fähigkeiten in den motorischen Grundeigenschaften Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination und machen Sie (auch) 2022 Ihr Sportabzeichen!

LG: BSB22-502

Termin: 07.05.2022, 10 - 14 Uhr

Ort: Urmitz/Rhein

Informationen:

Alexander Smirnow

Tel.: (02 61) 1 35 - 1 15

E-Mail: Alexander.Smirnow@Sportbund-Rheinland.de

■ Sportabzeichen-Aktionstag

Im Jahr der Bewegung passt der Sportabzeichen-Aktionstag ganz besonders gut in den Sportkalender. Wie jedes Jahr startet der Sportbund Rheinland mit dem Aktionstag in die neue Sportabzeichen-Saison. Alle Sportabzeichen-Fans – und solche die es werden wollen – können sich den Tag an den einzelnen Stationen sportlich gestalten und für das Sportabzeichen trainie-

ANZEIGE

Fortuna
Sportgeräte - Manufaktur
seit 1957


60 JAHRE
Made in Germany

Als erfahrener Spezialist mit großer Leidenschaft für Sport plant, montiert, produziert und saniert das **fortuna**-Team Ihre Sportobjekte und Sportgeräte. Fordern Sie uns, wir freuen uns auf Sie.



SPORTOBJEKTE | Planung & Einrichtung
SPORTGERÄTE | Konstruktion & Produktion
SPORTARTIKEL | Katalog & Onlineshop
SERVICE | Inspektion, Wartung & Reparatur



fortuna Sportgeräte GmbH, Hauptstraße 36
D - 57627 Gehlert, Telefon: +49 (0) 26 62 9 48 81-0, info@fortuna-sport.de

www.fortuna-sport.de



Foto: LSB RLP / iStock / FamVeld

Euren Verein seid und postet Eure #TrikotTag-Bilder auf Facebook oder Instagram mit den Hashtags #TrikotTag und #SportbundRheinland. Zusätzlich können alle #TrikotTag-Bilder per E-Mail beim Sportbund Rheinland eingereicht werden. Unter allen Einsendern verlosen wir viele tolle Preise! Macht mit beim #TrikotTag des Sportbundes Rheinland!

Termin: 01.06.2022
Ort: in ganz Rheinland-Pfalz

Informationen:
Stefan Blaufelder-Bredenbeck
Tel.: (02 61) 1 35 - 1 13
E-Mail: Stefan.Blaufelder-Bredenbeck@Sportbund-Rheinland.de

■ #Trikottag

Gemeinsam mit dem Landessportbund RLP und den Sportbünden Rheinhessen und Pfalz ruft der Sportbund Rheinland wieder zum landesweiten #TrikotTag auf. Unsere Mitglieder können Werbung für ihren Sport und ihren Verein machen, indem sie an diesem Tag das Trikot ihrer Sportmannschaft oder ihres Heimatvereins tragen. Zeigt, wie stolz Ihr auf Eure Mannschaft und



Foto: SBR

Termin: 25.06.2022, 10 Uhr
Ort: Kulturhalle Ochtendung

Informationen:
Vera Adam
Tel.: (02 61) 1 35 - 1 08
E-Mail: Vera.Adam@Sportbund-Rheinland.de

■ Mitgliederversammlung

Die Weichen für die nächsten Jahre stellt der Sportbund Rheinland bei seiner Mitgliederversammlung am Samstag, 25. Juni 2022, in der Kulturhalle Ochtendung. Die Vertreter der rund 3.100 Sportvereine sind aufgerufen, mit ihrer Beteiligung die Zukunft des Sports im Rheinland mitzugestalten. Im Mittelpunkt der Versammlung stehen unter anderem die Wahl des Präsidiums, die Verabschiedung des Haushaltes und der Bericht von SBR-Präsidentin Monika Sauer.

Foto: SBR



■ Sommerfest – Dankeschön-Party & Netzwerktreffen

Das gesellschaftliche Highlight des Sportbundes Rheinland ist das Sommerfest. Nach zwei Jahren Abstinenz freuen wir uns, wieder Gäste aus Sport, Politik und Wirtschaft in der Rheinau begrüßen zu dürfen, um ge-

meinsam den Sommer zu feiern. Das Sommerfest ist eine Dankeschön-Veranstaltung für alle, die sich für den Sport im Rheinland engagieren und sich mit diesem verbunden fühlen, sei es als Sportler, Vorstandsmitglied oder hautamtlicher Mitarbeiter in Vereinen und Verbänden. Die Gäste des Sommerfests erwarten kühle Biere und feine Weine aus den vielfältigen Anbaugebieten in der Region des SBR sowie Leckereien vom Grill. Außerdem werden die Partner des Sportbundes Rheinland mit kleinen Aktionsständen, die zum Bewegen und Spielen motivieren, unterhalten.

Termin: 22.07.2022, ab 18 Uhr
Ort: Koblenz, Haus des Sports

Informationen:
Stefan Blaufelder-Bredenbeck
Tel.: (02 61) 1 35 - 1 13
E-Mail: Stefan.Blaufelder-Bredenbeck@Sportbund-Rheinland.de



Foto: SBR

■ Landesjugendsportfest

Mit rund 1.500 Teilnehmern ist das Landesjugendsportfest die größte Jugendsportveranstaltung in Rheinland-Pfalz. In bis zu 15 Sportarten messen sich junge Sportler und wetteifern um Pokale, Bestleistungen und Titel. Egal, ob Leichtathletik, Handball oder Ringen, lassen Sie sich von den spannenden Wettbewerben mitreißen. Termin merken und vorbeischaun!

Termin: 10.09.2022, 09 - 18 Uhr
Ort: Simmern/Hunsrück

Informationen:
Carina Meurer
Tel.: (02 61) 1 35 - 2 63
E-Mail: Carina.Meurer@Sportjugend-Rheinland.de



Foto: LSB RLP / iStock / Nlshop



■ Der Großverein nach Corona – ein Erfahrungsaustausch

Die Corona-Pandemie hat besonders bei Großsportvereinen Spuren hinterlassen. Der eingeschränkte Sportbetrieb hat teilweise zu einem deutlichen Mitgliederschwund geführt. Vor allem die fehlenden Neueintritte in den vergangenen Monaten entfalten nun langsam ihren negativen Effekt. Viele Vereine haben in den

vergangenen Monaten vor großen Herausforderungen gestanden und ihren eigenen Weg aus der Corona-Krise finden müssen. Und einige waren dabei sogar sehr erfolgreich und konnten positive Entwicklungen durch die Corona-Pandemie anstoßen.

Den diesjährigen Stammtisch möchten wir nicht für einen Fachvortrag, sondern für einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch nutzen. Wir möchten von Ihnen erfahren, wie es Ihrem Verein in der Pandemie ergangen ist und welche Herausforderungen Sie auf welche Weise gemeistert haben. Wie ist es Ihnen gelungen, Mitgliederverluste aufzufangen? Wie wurde die Kommunikation zwischen Mitgliedern, Mitarbeitern und anderen Akteuren aufrechterhalten? Wir freuen uns darauf ganz im Sinne eines Stammtisches, mit Ihnen in Dialog zu treten und gegenseitig von unseren Erfahrungen zu profitieren.

LG: MA22-504

Termin: 16.09.2022, 18 - 20 Uhr

Ort: Koblenz

Informationen:

Ines Cukjati

Tel.: (02 61) 1 35 – 2 74

E-Mail: Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de



vorgestellt. Ein detaillierter Programmablauf wird im Frühjahr 2022 über die Medienkanäle des Sportbundes Rheinland veröffentlicht. Seien Sie dabei und holen Sie sich neuen Input für Ihre Vereins- und Kursangebote.

LG: BSB22-500

Termin: 17.09.2022

Ort: Mülheim-Kärlich

Informationen:

Sabine Urbatzka

Tel.: (02 61) 1 35 - 1 16

E-Mail: Sabine.Urbatzka@Sportbund-Rheinland.de

■ 13. Übungsleiter-Forum

Der Klassiker unter den Großveranstaltungen des Sportbundes Rheinland erfreut sich großer Beliebtheit und findet in diesem Jahr bereits zum 13. Mal statt. Eine große Bandbreite an Kursen für verschiedene Alters- und Leistungsstufen warten auf Sie. Neue Erkenntnisse aus den Themen Fitness und Leistungsfähigkeit, Entspannung und Körperwahrnehmung, gesunder Ernährung und Digitalisierung im Sport werden hier

HIGHLIGHTS



Foto: Schwertel Art

in den Sportvereinen geboten wird. Infostände, Mitmach-Aktionen und Bühnenprogramm bieten für alle Gäste das passende Angebot. So verstehen sich die Sporterlebnistage auch als Kontaktbörse von Kindern, Jugendlichen und deren Eltern auf der einen Seite und den Sportvereinen auf der anderen Seite.

Termin: 25.09.2022, 13 - 17 Uhr

Ort: Koblenz

Informationen:

Carina Meurer

Tel.: (02 61) 1 35 - 2 63

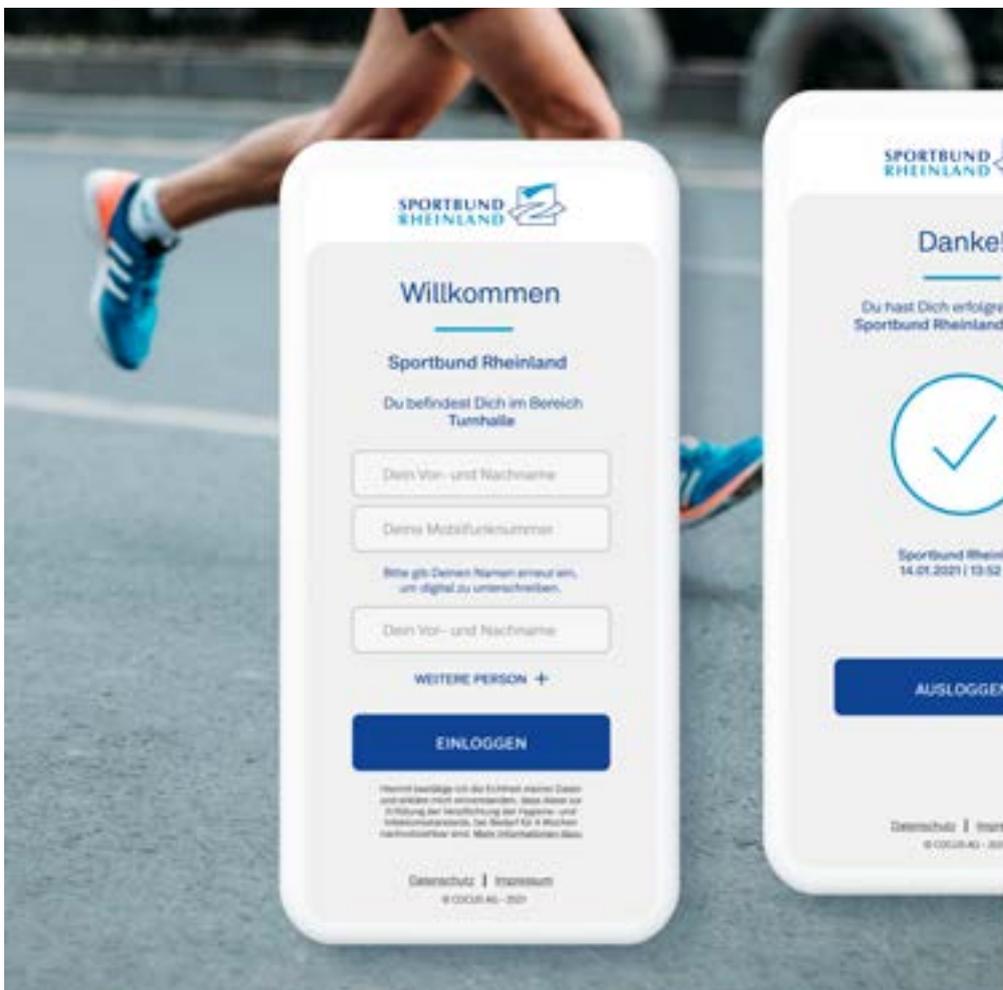
E-Mail: Carina.Meurer@Sportjugend-Rheinland.de

■ Sporterlebnistag

Schauen – Mitmachen – Informieren: Unter diesem Motto stehen die Sporterlebnistage der Sportjugend Rheinland. Kinder und Jugendliche sind eingeladen, sich über die sportliche Vielfalt zu informieren, die



ANZEIGE



inscribe.

Foto: LSB RLP / iStock / stereostok



■ Forum: Strategiemuffel Sportverein – Handeln Vereine zu kurzfristig?

Studien, Analysen und Experten betonen immer wieder: Die strategische Ausrichtung ist ein besonders wichtiger Faktor für die erfolgreiche Entwicklung eines Sportvereins. Gleichzeitig erlebt man in der Vereinspraxis erschreckend selten Vereine, die langfristig

planen, sich nicht nur auf das operative Tagesgeschäft beschränken, ein Leitbild definiert haben oder sogar einen ganzheitlichen Ansatz verfolgen. Bei „Strategie im Verein“ heißt es also: Fehlanzeige. Diesem vermeintlichen Widerspruch zwischen Notwendigkeit und geliebter Vereinspraxis möchten wir in diesem Forum auf den Grund gehen. Woran liegt es, dass Vereine nicht strategisch agieren? Wollen oder können sie nicht? Besteht eventuell gar keine Notwendigkeit dazu? Welche Auswirkungen hat die strategische Schwäche der Sportvereine z.B. auf Verbände? Leidet langfristig durch die fehlende Innovationskraft auch die Attraktivität für das Engagement im organisierten Sport? Gemeinsam mit Prof. Lutz Thieme und anderen Vertretern des organisierten Sports werden wir über diese und andere spannende Fragen diskutieren.

LG: MA22-505
Termin: 04.11.2022, 18 - 20 Uhr
Ort: Koblenz

Informationen:
Ines Cukjati
Tel.: (02 61) 1 35 – 2 74
E-Mail: Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de



Foto: LSB RLP / iStock / sankalpmaaya

■ Special: Gesundheitssport – Gesunde Gelenke

Ein gesunder Lebensstil ist in unserer technisierten, schnelllebigen Welt gefragter denn je. Wer möchte nicht gesund alt werden? Vor diesem Hintergrund sind überzeugende Angebote im Gesundheitssport für die Sportvereine von großer Bedeutung bei der Mitgliederwerbung und -bindung. Auch dieses Jahr wird der Sportbund Rheinland mit einem „Special Gesund-

heitssport“ wieder Übungsleiter „Neues“ aus dem Gesundheitssport erfahren und erproben lassen, auch Vorstandsmitglieder erhalten wertvolle Informationen, wie der Gesundheitssport in das Vereinsangebot erfolgreich eingeführt und verankert werden kann.

Diesmal beschäftigt sich das Special mit der Gesundheit der Gelenke. Welche Lebensmittel helfen bei Arthrose, Arthritis oder Gicht und mit welchen Übungen verbessert man die Stabilität, Beweglichkeit und die Versorgung? Auf diese Kernfragen und vieles mehr bekommen Sie bei uns die passenden Antworten.

LG: BSB22-501
Termin: 24.11.2022
Ort: Koblenz

Informationen:
Benno Müller
Tel.: (02 61) 1 35 - 1 29
E-Mail: Benno.Mueller@Sportbund-Rheinland.de



Beratungsangebote

Die ehrenamtliche Arbeit in den Vorständen der Sportvereine wird immer komplexer und verlangt zunehmend auch rechtliche Kenntnisse. Die SBR Management-Akademie hält für Sie ein umfangreiches Beratungsangebot bereit, um Sie in Ihrer ehrenamtlichen Arbeit zu unterstützen. Insbesondere neuen Vorstandsmitgliedern bieten die vielfältigen Beratungsangebote die Möglichkeit, schnell in ihr Vorstandsamt hineinzufinden und sichere Entscheidungen zu treffen.

- Telefonische Direktberatung
- Überprüfung von Satzungen und Pachtverträgen
- Fachberatung zu Steuer- und Rechtsfragen
- Vorstandsklausuren und Prozessberatung
- Startpaket für Vereinsvorstände

■ Telefonische Direktberatung

Gebührenfrei

Die SBR Management-Akademie steht den Vorständen der Mitgliedsvereine und -verbände des Sportbundes Rheinland unter der Telefonnummer (0261) 135-145 zu allen Fragen des Vereinsmanagements zur Verfügung.

- Steuern
- Gemeinnützigkeit
- Vereinsrecht
- allgemeine Rechtsfragen
- Sozialversicherungsrecht
- Gestaltung von Übungsleiterverträgen
- Versicherungsfragen

- GEMA
- Verwaltungsberufsgenossenschaft

■ Überprüfung von Satzungen und Pachtverträgen

Gebührenfrei

Die SBR Management-Akademie prüft Ihre Satzung hinsichtlich vereinsrechtlicher und gemeinnützigkeitsrechtlicher Anforderungen. Gerne geben wir Ihnen auch Tipps für eine zeitgemäße und zweckmäßige Gestaltung Ihrer Satzung. Pachtverträge von Sportstätten, die Sie mit Kommunen abgeschlossen haben, prüfen wir hinsichtlich allgemein rechtlicher und haftungsrechtlicher Konsequenzen für Ihren Verein.

■ Fachberatung

Gebührenfreie Erstberatung

Insbesondere Steuer- und Rechtsfragen stellen Vereinsvorstände oft vor große Probleme. Für Standardfragen steht Ihnen unsere telefonische Direktberatung zur Verfügung. Anfragen aus dem Steuer- und Rechtsbereich, die durch unsere telefonische Direktberatung nicht gelöst werden können, leiten wir an unsere Kooperationspartner, die Anwaltskanzlei SSBP Rechtsanwälte und Fachanwälte und die Steuerberaterin Bettina Bur, weiter. Mittels einer kostenlosen telefonischen Erstberatung haben Sie hier die Möglichkeit, sich von Fachleuten über Ihr Problem und eventuell weitere notwendige Schritte zu informieren. Selbstverständlich stehen Ihnen unsere Kooperationspartner gegen Gebühr für eine über die Erstberatung hinausgehende Betreuung zur Verfügung.

■ Vorstandsklausuren/Prozessberatung

Gebührenfrei einmal jährlich pro Verein

In einer Zeit rasanten wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Wandels erkennen immer mehr Sportvereine, dass die kritische Diskussion vorhandener Strukturen und Angebote eine zentrale Aufgabe für die Führungsgremien ist. Viele Vereine stellen sich Fragen nach einer effizienten Aufgabenverteilung im Vorstand, der attraktiven Angebotsgestaltung, der Erschließung finanzieller Mittel oder der Gewinnung von Mitarbeitern. Im Rahmen einer Vorstandsklausur bieten wir Ihnen die Gelegenheit, mit dem gesamten Vorstand, abseits des Vereinsalltags, unter fachkompetenter Leitung von Moderatoren des Sportbundes Rheinland Problemfelder in Ihrem Verein zu analysieren und zukunftsfähige Konzepte für Ihren Verein zu entwickeln. Sie können bisherige Abläufe und Strukturen kritisch prüfen und Schritte für eine Weiterentwicklung Ihres Vereins einleiten. Nutzen Sie diese Chance auch, um den Teamgeist in Ihrem Vorstand zu stärken.

- Dauer:** Freitags, 15 - 21 Uhr; Samstags, 9 - 16 Uhr oder nach Vereinbarung
- Termin:** nach Absprache
- Orte:** Haus des Sports in Koblenz, Europäische Akademie des rheinland-pfälzischen Sports in Trier oder gerne auch bei Ihnen vor Ort.
- Leitung:** Berater bzw. Moderatoren aus dem Lehrreferententeam der SBR Management-Akademie
- Themen:** Stärken- & Schwächenanalyse Ihres Vereins, Vereinszielsetzung, Mitarbeiterentwicklung, Konfliktlösung, Marketingkonzepte, Finanzkonzepte, Beitragsgestaltung, Organisationsstrukturen, andere Themen Ihrer Wahl.

■ Lehrformen

Präsenzlehrgänge

Alle Teilnehmer nehmen gemeinsam vor Ort am Lehrgang teil. Dies können mehrtägige Seminare, Tagesveranstaltungen oder Abendseminare sein. Die Veranstaltungen finden vorwiegend in Koblenz statt.

Web-Seminare

Web-Seminare sind ortsunabhängige, kurze Seminare, die über das Internet gehalten werden. Die Teilnehmer können dem Seminar ganz bequem von zu Hause aus folgen. Voraussetzung ist ein Internetzugang mit PC oder einem mobilen Endgerät nebst Lautsprechern oder Kopfhörern. Per E-Mail erhalten Sie im Vorfeld des Web-Seminars einen Link. Wenn Sie diesem folgen, gelangen Sie direkt in unseren virtuellen Seminarraum. Um Fragen stellen und interagieren zu können, wird zu jedem Web-Seminar eine Chat-Unterhaltung angeboten und betreut.

Blended-Learning-Lehrgänge

Unsere Blended-Learning-Lehrgänge sind auf ein Minimum an Präsenztage reduziert. Die restlichen Ausbildungsinhalte werden ca. eine Woche vor und zwischen den Präsenzterminen bequem online auf dem Bildungsportal „SBR Campus“ absolviert. Der Lehrgang ist eine Mischung aus tutoriell begleitetem E-Learning, Präsenzseminar und Lern-Community. Jeder Teilnehmer kann in den Online-Phasen in seinem individuellen Lerntempo und unter freier Zeiteinteilung arbeiten. Die Aufgaben reichen von Videokommentaren der Onlinevorträge, Blog-Einträgen und Arbeitstexten bis hin zur Erstellung von kleinen Präsentationen und Mind-Maps. Sie werden online intensiv von den zuständigen Referenten und Mitarbeitern des Sportbundes Rheinland und der Sportjugend Rheinland betreut und haben sowohl zu technischen als auch zu inhaltlichen Fragen immer einen Ansprechpartner.

Voraussetzungen:

Internetzugang und Computer, funktionstüchtiges Office Programm inklusive Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer. Außerdem Neugier und Spaß am Umgang mit neuen Medien.
Hinweis: Microsoft 365 gibt es für gemeinnützige Organisation zu sehr fairen Konditionen direkt über Microsoft oder über www.stifter-helfen.de.

■ Startpaket für Vereinsvorstände

Ein Vorstandsamt erfordert in der heutigen Zeit auch Kenntnisse zu rechtlichen und administrativen Themen. Unsere Homepage (www.sportbund-rheinland.de) bietet Ihnen unter der Rubrik Beratung das Startpaket „In den Vorstand, fertig, los!“. Hier beantworten wir Fragen, die Ihnen in Ihrem Vereinsalltag immer wieder begegnen werden. Sie finden Fragen und Antworten zu Themen wie Vereinsrecht, Versicherung, Steuern, Gemeinnützigkeit, bezahlte Mitarbeit, GEMA, Zuschüsse.

■ Verlängerung der DOSB Lizenzen

Vereinsmanager-C-Lizenz

Alle Lehrgänge mit Zertifikat und die meisten Seminarangebote der SBR Management-Akademie werden zur Verlängerung der DOSB Vereinsmanager-C-Lizenz und der DFB Vereinsmanager-C-Lizenz anerkannt.

- Zertifikatslehrgänge (30 LE)
- Mehrtägige Seminare (15 LE)
- Tagesseminare (8 LE)
- Kurzseminare (2 - 4 LE)
- Vorstandsklausuren (8 LE)
- Sonderveranstaltungen

Vereinsmanager-B-Lizenz

Gekennzeichnete Seminare werden mit 30 LE, 15 LE, 8, 4 bzw. 2 LE zur Verlängerung der DOSB Vereinsmanager-B-Lizenz und der DFB Vereinsmanager-B-Lizenz anerkannt.

Übungsleiter-C-Lizenz, Breiten- und Freizeitsport

Von den Angeboten der SBR Management-Akademie werden nur die entsprechend gekennzeichneten Seminare für die Verlängerung der Übungsleiter C-Lizenz Breiten- und Freizeitsport anerkannt.

Hinweis: Für die Verlängerung sämtlicher Lizenzen ist die Vorlage des unterschriebenen LSB Verhaltenskodex „Zum Umgang mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im rheinland-pfälzischen Sport“ erforderlich. Eine Vorlage finden Sie als Download unter www.sportbund-rheinland.de

Gebühren für Teilnehmer:

Für Teilnehmer aus Sportvereinen außerhalb Rheinland-Pfalz fallen grundsätzlich Veranstaltungsgebühren in doppelter Höhe des ausgeschriebenen Gebühren an.

■ Ihre Ansprechpartnerinnen

Barbara Berg

Leiterin SBR Management-Akademie
Tel.: (0261) 135-145
Barbara.Berg@Sportbund-Rheinland.de

Beratung zu Fragen des Vereinsmanagements wie Steuern, Vereinsrecht, GEMA, Versicherung, der Lehrgangsinhalte und des Lizenzerwerbs.

Ines Cukjati

Referentin für Sport- und Vereinsentwicklung
Tel.: (0261) 135-274
Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de

Beratung zu allgemeinen Fragen des Vereinsmanagements, der Lehrgangsinhalte, des Lizenzerwerbs, Lehrgangs- und Seminaerauswahl.

Wera Sindermann

Referentin für Sport- und Vereinsentwicklung
Tel.: (0261) 135-212
Wera.Sindermann@Sportbund-Rheinland.de

Beratung zu allgemeinen Fragen des Vereinsmanagements, der Lehrgangsinhalte, des Lizenzerwerbs, Lehrgangs- und Seminaerauswahl, Lizenzwesen und Bezuschussung.

Kathrin Günther

Sachbearbeiterin
Tel.: (0261) 135-161
Kathrin.Guenther@Sportbund-Rheinland.de

Beratung zu allen organisatorischen Fragen wie Lehrgangs- und Seminaerauswahl, Anmeldung, Einladung, freien Plätzen, Seminarorganisation, Teilnehmerverwaltung.

ANZEIGE

Vereins Dashboard RLP

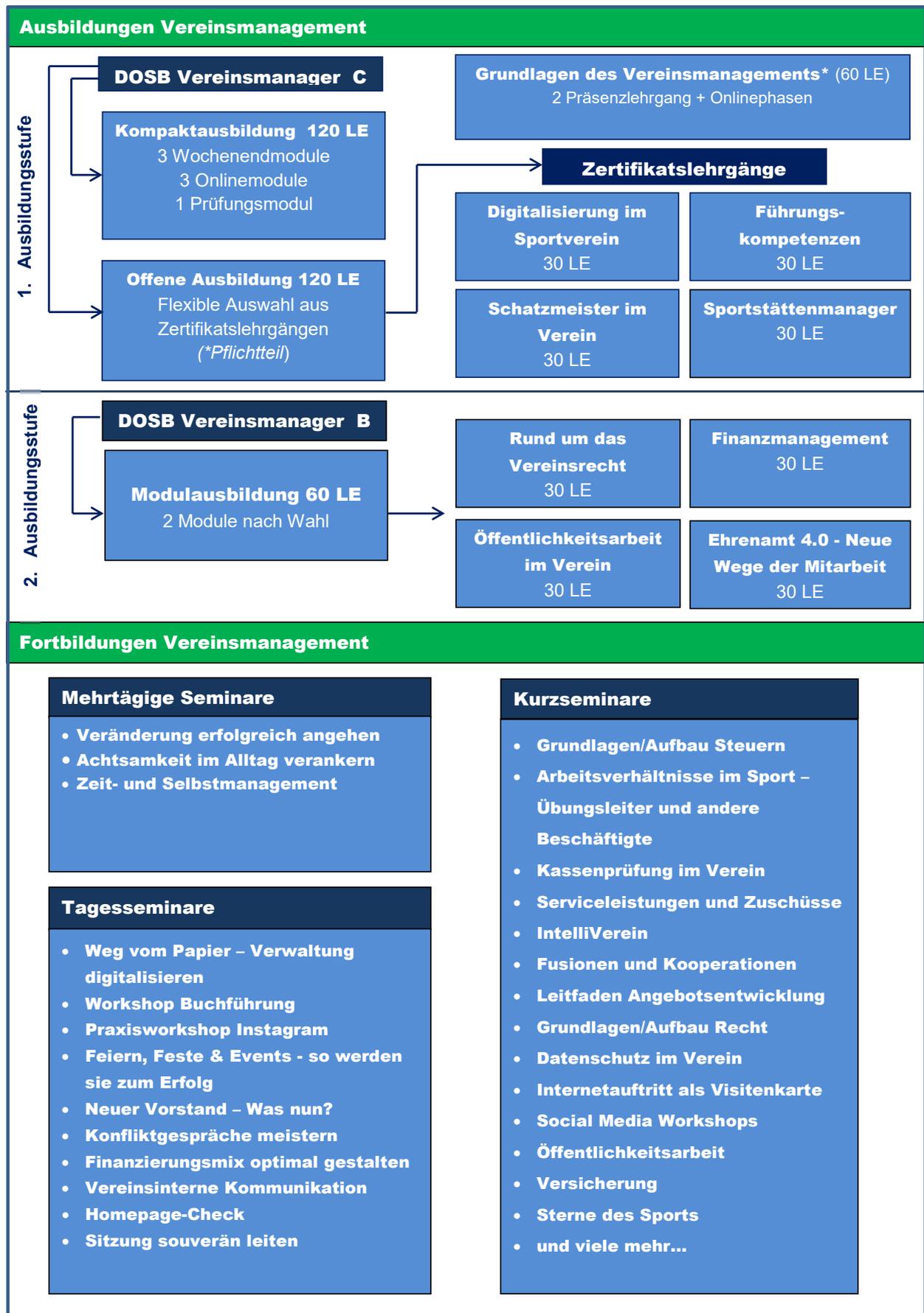
Vereinsentwicklung
aktiv gestalten!



Mehr Informationen
www.vereinsdashboard.de



■ **Ausbildungsstruktur**



TERMINÜBERSICHT Vereinsmanagement

■ Terminübersicht Vereinsmanagement

* Blended-Learning-Lehrgang findet teilweise online statt.

Termin	Lehrgang	Ort	Verlängerung	Seite
AUSBILDUNGEN				
05.02. - 20.02.2022	Zertifikatslehrgang: Sportstättenmanager	Koblenz*	30 LE für VM-B-Lizenz	26
12.03. - 07.05.2022	Vereinsmanager-C: Grundlagenmodul Offene Ausbildung	Koblenz*		23
25.03. - 09.04.2022	Vereinsmanager-B: Finanzmanagement	Mainz		24
07.05. - 19.11.2022	DOSB-Jugendleiter-Ausbildung	Koblenz*		28
13.05. - 04.06.2022	Vereinsmanager-B: Rund um das Vereinsrecht	Kaiserslautern		24
26.05. - 28.05.2022	Zertifikatslehrgang: Schatzmeister im Verein	Koblenz*	30 LE für VM-B-Lizenz	27
10.06. - 08.10.2022	Vereinsmanager-C: Kompaktausbildung	Koblenz*		22
11.06. - 09.07.2022	Zertifikatslehrgang: Digitales Gesicht des Vereins	Koblenz*	30 LE für VM-B-Lizenz	28
16.06. - 18.06.2022	Zertifikatslehrgang: Führungskompetenzen	Koblenz*	30 LE für VM-B-Lizenz	27
02.07. - 16.07.2022	Vereinsmanager B: Öffentlichkeitsarbeit im Verein	Koblenz*		25
24.09. - 26.11.2022	Vereinsmanager-C: Grundlagenmodul Offene Ausbildung	Koblenz*		23
15.10. - 12.11.2022	Zertifikatslehrgang: Schatzmeister im Verein	Koblenz*	30 LE für VM-B-Lizenz	27
05.11. - 19.11.2022	Vereinsmanager B: Ehrenamt 4.0 – Neue Wege der Mitarbeit	Koblenz*		26
FORTBILDUNGEN – MEHRTÄGIGE SEMINARE				
22.01. - 23.01.2022	Veränderung erfolgreich angehen	Vallendar	15 LE für VM-C- & B-Lizenz	29
25.06. - 26.06.2022	Achtsamkeit im Alltag verankern	Vallendar	15 LE für VM-C- & B-Lizenz	30
08.10. - 09.10.2022	Zeit- und Selbstmanagement	Vallendar	15 LE für VM-C- & B-Lizenz	30
FORTBILDUNGEN – TAGESSEMINARE				
29.01.2022	Weg vom Papier – Verwaltung digitalisieren	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	30
12.03.2022	Workshop Buchführung mit Lexware	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	31
26.03.2022	Praxisworkshop Instagram	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	31
30.04.2022	Feste, Feiern & Events – so werden sie zum Erfolg	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	31
21.05.2022	Neuer Vorstand – was nun?	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	31
16.07.2022	Konfliktgespräche meistern – ein Praxistraining	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	32
10.09.2022	Finanzierungsmix optimal gestalten	Online	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	32
10.09.2022	Vereinsinterne Kommunikation – darauf kommt es an!	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	32
17.09.2022	Homepage-Check	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	32
15.10.2022	Sitzungen souverän leiten	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	34
19.11.2022	Workshop Buchführung mit IntelliVerein	Koblenz	8 LE für VM-C- & B-Lizenz	34
FORTBILDUNGEN – KURZSEMINARE				
26.01.2022	Grundlagen Steuern – Buchführung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	34
09.02.2022	Versicherung – ARAG Sportversicherung Basics	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	42
09.02.2022	Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit – Teil 1	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	44
10.02.2022	Serviceleistungen und Zuschüsse	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
15.02.2022	Vereinssoftware IntelliVerein – Online Lösungen für Vereine	Online		43
16.02.2022	Grundlagen Steuern – Gemeinnützigkeit	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
16.02.2022	Wir schauen hin – Keine Chance für sexualisierte Gewalt	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	45
01.03.2022	Grundlagen Recht – Vereinsrecht Einführung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
03.03.2022	Social Media – Grundlagenseminar	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	40
08.03.2022	Fusionen und Kooperationen im Sport	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	37
09.03.2022	Gewaltprävention: Schutz der Kinder und Jugendlichen vor Übergriffen	Koblenz	4 LE für ÜL-C-Lizenz Breitensport	45
15.03.2022	Versicherung – Verwaltungsberufsgenossenschaft (VBG)	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	42
16.03.2022	Grundlagen – Datenschutz im Verein	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	39
23.03.2022	Aufbau Steuern – Spenden und Sponsoring	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
23.03.2022	Durchführung außersportlicher Jugend-Veranstaltungen	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	45
29.03.2022	IntelliVerein – Vereinsverwaltung und Ehrungen	Online		43
30.03.2022	Grundlagen Medienrecht	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38

Termin	Lehrgang	Ort	Verlängerung	Seite
02.04.2022	Klimawandel und Sport – Welche Gesundheitsgefahren gibt es?	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	45
04.04.2022	Social Media – Datenanalyse	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	40
05.04.2022	Sterne des Sports – Belohnen Sie Ihr Engagement	Online		44
06.04.2022	Leitfaden Angebotsentwicklung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	37
26.04.2022	Jugendordnung und Jugendvorstand – Kann Beteiligung so gelingen?	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	45
27.04.2022	Aufbau Steuern – Umsatzsteuer	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
28.04.2022	Aufbau Recht – Haftungsfragen im Vorstand	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
28.04.2022	Grundlagen Recht – Satzungsgestaltung und Satzungsänderung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
03.05.2022	Öffentlichkeitsarbeit – Printmedien richtig gestalten	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	42
03.05.2022	Zuschüsse in der Jugendarbeit	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	48
05.05.2022	Aufbau Steuern – Lohnsteuer- und Sozialversicherungsprüfung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
10.05.2022	Arbeitsverhältnisse im Sport – Übungsleiterverträge und andere Beschäftigte	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
11.05.2022	Crashkurs Jugendarbeit	Koblenz	4 LE für ÜL-C-Lizenz Breitensport	46
12.05.2022	Ideensammlung: Veranstaltungen mal anders	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	44
16.05.2022	Social Media – Redaktionsplanung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	40
18.05.2022	Aufbau Steuern – Mittelverwendung und Rücklagenbildung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
18.05.2022	Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit – Teil 2	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	46
19.05.2022	IntelliVerein – Zugangsberechtigungen	Online		44
01.06.2022	Leitfaden Mitarbeiterentwicklung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	37
08.06.2022	Aufbau Datenschutz – Verarbeitungsverzeichnis und Informationspflichten	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	39
08.06.2022	Versicherung – ARAG Unfall und Haftpflichtversicherung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	43
09.06.2022	Sterne des Sports – Belohnen Sie Ihr Engagement	Online		44
22.06.2022	Steine und Strom – Hilfe für Vereinsanlagen	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
22.06.2022	Crashkurs Ansprechpartner Kinderschutz	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	46
27.06.2022	IntelliVerein – Kurse, Gruppen und Gruppenleiter	Online		44
28.06.2022	Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit – Teil 3	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	46
29.06.2022	Social Media – Visuelle und textliche Gestaltung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	40
05.07.2022	Öffentlichkeitsarbeit – Kontakt zur Presse	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	42
11.07.2022	IntelliVerein – Buchführung	Online		44
18.07.2022	Social Media – Community Management	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	40
06.09.2022	Grundlagen Steuern – Buchführung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	34
07.09.2022	Internetauftritt als Visitenkarte	Online		40
13.09.2022	Aufbau Medienrecht	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
19.09.2022	Förderung internationale Jugendarbeit	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	46
20.09.2022	Aufbau Datenschutz – Der Datenschutzbeauftragte	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	39
20.09.2022	Finanzmanagement – Der Mitgliedsbeitrag im Verein	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	39
22.09.2022	Kassenprüfung im Verein	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
27.09.2022	Leitfaden Aufgabenverteilung im Vorstand	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	37
28.09.2022	Vermögensschadenversicherung / D&O-Versicherung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	43
05.10.2022	Aufbau Recht – Haftungsfragen im Vorstand	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
06.10.2022	Grundlagen Steuern – Gemeinnützigkeit	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
11.10.2022	IntelliVerein – Beitragsverwaltung	Online		44
12.10.2022	Aufbau Steuern – Spenden und Sponsoring	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	35
08.11.2022	Aufbau Steuern – Der Förderverein	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
10.11.2022	Aufbau Recht – Die Mitgliederversammlung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	38
15.11.2022	Zuschüsse in der Jugendarbeit	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	48
17.11.2022	Aufbau Steuern – Lohnsteuer- und Sozialversicherungsprüfung	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	36
23.11.2022	Versicherung – ARAG Sinnvolle Zusatzversicherungen	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	43

Termin	Lehrgang	Ort	Verlängerung	Seite
23.11.2022	Selbstbewusstsein stärken – stark gegen Mobbing	Koblenz	4 LE für ÜL-C-Lizenz Breitensport	48
24.11.2022	IntelliVerein – integrierte Homepage	Online	2 LE für VM-C-Lizenz	44
28.11.2022	Verhaltensregeln: Gelebter Kinderschutz im Verein	Online	2 LE für VM-C-Lizenz & DOSB Jugendleiter	48
30.11.2022	Erlebe den Sport – bewegtes Vereinsjubiläum	Koblenz	4 LE für ÜL-C-Lizenz Breitensport	48
SONDERVERANSTALTUNGEN				
11.02.2022	Forum: Startschuss für SBR Peer-Group Coachings	Koblenz	2 LE für VM-C- & B-Lizenz	51
02.04.2022	Fachtagung: Update Steuern & Recht	Online	2 LE für VM-C- & B-Lizenz	49
14.05.2022	Info-Buffer für neue Vereine und neue Vorstandsmitarbeiter	Online	2 LE für VM-C- & B-Lizenz	49
16.09.2022	Stammtisch Großvereine: Der Großverein nach Corona – ein Erfahrungsaustausch	Koblenz	2 LE für VM-C- & B-Lizenz	51
04.11.2022	Forum: Strategiemuffel Sportverein – Handeln Vereine zu kurzfristig?	Koblenz	2 LE für VM-C- & B-Lizenz	51

■ EDV für Verein, Alltag und Arbeitsplatz

Detaillierte Informationen zu den EDV-Seminaren erhalten Sie unter www.bildungswerksport.de.

Termin	Lehrgang	Ort	Preis	
28.01. - 30.01.2022	Webseiten mit WordPress erstellen (Nr. 220002)	Trier	ab 194,50 €	2022
09.02.2022	Windows 10 - Grundlagen (Nr. 220003)	Trier	ab 94,50 €	
12.02.2022	Programmieren mit Scratch (Nr. 220019)	Trier	ab 94,50 €	
19.02. - 20.02.2022	Moodle, die Lernplattform (Nr. 220004)	Trier	ab 144,50 €	
05.03.2022	Arbeiten mit online Planungstools (Nr. 220020)	Trier	ab 94,50 €	
07. - 09.03.2022	Datenbanken mit Access - Grundlagen (Nr. 220021)	Trier	ab 194,50 €	
10.03. - 11.03.2022	Datenbankentwurf mit Access - Fortgeschritten (Nr. 220022)	Trier	ab 144,50 €	
14.03. - 15.03.2022	MySQL mit phpMyAdmin (Nr. 220025)	Trier	ab 144,50 €	
14.03. - 18.03.2022	MySQL mit phpMyAdmin und PHP Programmierung (Nr. 220023)	Trier	ab 294,50 €	
16.03. - 18.03.2022	PHP Programmierung (Nr. 220024)	Trier	ab 194,50 €	
26.03.2022	Sicherheit in der Digitalen Welt (Nr. 220026)	Trier	ab 94,50 €	
23.04.2022	Einführung in JavaScript (Nr. 220027)	Trier	ab 94,50 €	
30.04.2022	Adobe Creative Cloud Photoshop - Schnuppertag (Nr. 220028)	Trier	ab 94,50 €	
07.05.2022	Adobe Creative Cloud InDesign - Schnuppertag (Nr. 220029)	Trier	ab 94,50 €	
14.05.2022	Adobe Creative Cloud Illustrator - Schnuppertag (Nr. 220030)	Trier	ab 94,50 €	
18.05.2022	Meetings Tools im 21. Jahrhundert (Nr. 220031)	Trier	ab 94,50 €	
11.06.2022	Die Welt der Wolke(n) - Cloud Working (Nr. 220032)	Trier	ab 94,50 €	
02.07.2022	Von Smartphone bis Notebook - Übergreifendes arbeiten (Nr. 220033)	Trier	ab 94,50 €	
16.07.2022	Nach 10 kommt 11 - Windows 11 der Umstieg (Nr. 220034)	Trier	ab 94,50 €	
27.08. - 28.08.2022	Mahara e-Portfolios (Nr. 220035)	Trier	ab 144,50 €	
02.09. - 04.09.2022	Adobe Creative Cloud Photoshop - Kompakt (Nr. 220036)	Trier	ab 194,50 €	
30.09. - 02.10.2022	Webseiten mit WordPress erstellen (Nr. 220037)	Trier	ab 194,50 €	
07.10. - 09.10.2022	Adobe Creative Cloud InDesign - Kompakt (Nr. 220038)	Trier	ab 194,50 €	
14.10. - 15.10.2022	Adobe Creative Cloud Illustrator - Kompakt (Nr. 220039)	Trier	ab 144,50 €	
29.10.2022	Newsletter mit WordPress versenden (Nr. 220040)	Trier	ab 94,50 €	
19.11.2022	Organisationen in Social Media repräsentieren (Nr. 220041)	Trier	ab 94,50 €	
21.11.2022	Textverarbeitung mit Word - Grundlagen (Nr. 220042)	Trier	ab 94,50 €	
28.11.2022	Tabellenkalkulation mit Excel - Grundlagen (Nr. 220043)	Trier	ab 94,50 €	
05.12.2022	Präsentationen mit PowerPoint - Grundlagen (Nr. 220044)	Trier	ab 94,50 €	
12.12.2022	Kommunikation & Organisation mit Outlook (Nr. 220045)	Trier	ab 94,50 €	
27.01. - 29.01.2023	Webseiten mit WordPress publizieren (Nr. 230001)	Trier	ab 194,50 €	2023
11.02.2023	Windows 11 - Grundlagen (Nr. 230002)	Trier	ab 94,50 €	
25.02. - 26.02.2023	Moodle, die Lernplattform (Nr. 230003)	Trier	ab 144,50 €	

Liebe Vereinsvorstände, liebe Übungsleiter/innen,

plant eure Kurse in den Bereichen Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport, Zeitgeschichte, Geschichte, Länderkunde, Politik, Gesellschaft, Gleichstellung, Philosophie, Theologie, Religion, Weltanschauung, Geisteswissenschaften, Erziehung, Eltern- und Familienbildung, Sprachen, Wirtschaft, kaufmännische Praxis, Umwelt, Technik, Naturwissenschaften, Kunst, kreatives Gestalten, Hauswirtschaft und Ernährung gemeinsam mit dem Bildungswerk Sport.

Wir beraten und unterstützen bei der Ausschreibung und der Öffentlichkeitsarbeit, bieten insbesondere für Kursleiter und Kursorganisatoren ein umfangreiches Qualifizierungsprogramm, übernehmen die Versicherung für Nicht-Mitglieder in Vereinskursen und zahlen einen attraktiven Organisationskostenzuschuss.

ALS BONBON erhalten die direkt an den Vereinskursen beteiligten Kursorganisatoren und Kursleiter **EINE PERSÖNLICHE BILDUNGSWERK KARTE GOLD** (im Wert von je 152 Euro und mit vielen weiteren Vorteilen) – **KOSTENFREI**.



UNSERE PARTNERVEREINE – *vereine der zukunft*

NEWS & INFOS

4M.BILDUNGSWERKSPORT.DE + DIREKT BEI UNS IN DEN BERATUNGSZENTREN

IDAR-OBERSTEIN

Fon 06781 42837

Idar-Oberstein@BildungswerkSport.de

TRIER

Fon 0651 1468015

Trier@BildungswerkSport.de

TREIS-KARDEN

Fon 02672 9133969

Treis-Karden@BildungswerkSport.de

MONTABAUR

Fon 02602 2814

Montabaur@BildungswerkSport.de



Sigrid Quint, Nils Kritzler, Claudia Rausch, Frank Hartmann, Markus Böhm, Thomas Hoffmann



1. Lizenzstufe

■ Vereinsmanager-C-Lizenz

Die Führung von Sportvereinen stellt heute erhebliche Anforderungen an Vereinsvorstände. Schwieriger gewordene Rahmenbedingungen im finanziellen, rechtlichen und organisatorischen Bereich sowie in der Mitarbeitergewinnung und -motivation erfordern speziell qualifizierte Mitarbeiter in der Vereinsführung. Die Ausbildung zum DOSB Vereinsmanager-C vermittelt Ihnen grundlegendes Wissen zu allen wesentlichen Bereichen eines zeitgemäßen und zukunftsorientierten Vereinsmanagements.

Zielgruppe: Vereinsmitarbeiter, die in ihrem Verein eine führende oder verwaltende Funktion ausüben oder übernehmen wollen.

Inhalte: Vereins- und Verbandsorganisation, Sportentwicklung, öffentliche Sportverwaltung, Fördermöglichkeiten, Steuer-, Rechts- und Versicherungsfragen, Finanzierung der Vereinsarbeit, Führung und Kommunikation, Mitarbeitergewinnung und -motivation, Marketing, Sponsoring und Öffentlichkeitsarbeit.

Der Umfang der Ausbildung beträgt 120 Lerneinheiten. Die Ausbildung schließt mit der Lizenz DOSB Vereinsmanager-C ab. Die Lizenz ist vier Jahre gültig. Mit dem Besuch von Fortbildungen (15 LE) verlängert sich

die Lizenz um weitere vier Jahre. Die Tätigkeit lizenzierter Vereinsmanager wird vom LSB bezuschusst.

Für die Verlängerung sämtlicher Lizenzen ist die Vorlage des unterschriebenen LSB-Verhaltenskodex „Zum Umgang mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im rheinland-pfälzischen Sport“ erforderlich. Eine Vorlage finden Sie als Download unter www.sportbund-rheinland.de.

■ Kompaktausbildung

Die Kompaktausbildung zum DOSB Vereinsmanager-C ermöglicht es Ihnen, schnell umfassendes Wissen zu den verschiedenen Bereichen des Vereinsmanagements zu erwerben. Bestandteile dieser Ausbildung sind drei mehrtägige Präsenzmodule, die sich mit den Onlinephasen abwechseln, sowie eine Projektarbeit und ein Abschlusstag. Der Erhalt der Lizenz setzt den Besuch des kompletten Lehrgangs voraus und endet mit einer Lernerfolgskontrolle am Abschlusstag.

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-101
Präsenztermin 1:	Fr./Sa., 10./11.06.2022
Präsenztermin 2:	Fr. - So., 01. - 03.07.2022
Präsenztermin 3:	Fr./Sa., 09./10.09.2022

Die Online-Phasen finden jeweils zwischen den Präsenzterminen statt.

Zeit:	ca. 9 - 18 Uhr
Abschlussstag:	08.10.2022
Gebühr:	180 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

■ Offene Ausbildung

Die Offene Ausbildung zum DOSB Vereinsmanager-C ermöglicht interessierten Vereinsvertretern eine an den Schwerpunkten der eigenen Vereinstätigkeit orientierte Ausbildung. Die Ausbildung (120 LE) absolvieren Sie innerhalb von maximal zwei Jahren über den Besuch eines Grundlagen-Lehrgangs und unsere Lehrgangsangebote mit Zertifikat aus den Seminarprogrammen 2022 und 2023. Unsere Zertifikatslehrgänge bieten Ihnen eine hervorragende Möglichkeit, für bestimmte Vorstandsämter eine spezielle Qualifikation im Rahmen der Ausbildung zu erwerben. Die Ausbildung endet mit einer Lernerfolgskontrolle.

Gebühr & Dauer: 180 Euro (beinhaltet Grundlagenlehrgang, 60 LE ausgewählte Lehrgänge, inkl. Mittagessen & Tagungsgetränken).

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

Pflichtteil: Grundlagen des Vereinsmanagements
Obligatorisch ist für alle Teilnehmer der Besuch des Lehrgangs „Grundlagen des Vereinsmanagements“ mit 60 LE.

Inhalte: Steuerliche und rechtliche Grundlagen, Sportentwicklung, Mitarbeiterführung, Öffentlichkeitsarbeit, Marketing.

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inklusive Mittagessen & Tagungsgetränken); 60 LE.

Blended-Learning-Lehrgang (Frühjahr) – Koblenz

LG:	MA22-102.1
Präsenztermin 1:	Sa./So., 12./13.03.2022
Präsenztermin 2:	Sa./So., 09./10.04.2022
Präsenztermin 3:	Sa., 07.05.2022
Zeit:	9 - 18 Uhr

Blended-Learning-Lehrgang (Herbst) – Koblenz

LG:	MA22-102.2
Präsenztermin 1:	Sa./So., 24./25.09.2022
Präsenztermin 2:	Sa./So., 05./06.11.2022
Präsenztermin 3:	Sa., 26.11.2022
Zeit:	ca. 9 - 18 Uhr

Die Online-Phase beginnt ca. eine Woche vor den ersten Präsenzterminen. Zwischen den Präsenztagen findet die Bearbeitung der Online-Aufgaben statt.

Wahlteil: Zertifikatslehrgänge

Die übrigen 60 LE können Sie sich aus den Zertifikatslehrgängen beliebig zusammenstellen. Die detaillierten Ausschreibungen der Lehrgänge finden Sie ab Seite 26.

Sportstättenmanager

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-103
Präsenztermin:	05./06.02.2022
Zeit:	Sa./So., 9 - 18 Uhr
Onlinephase:	07.02. - 20.02.2022
Dauer:	30 LE

Führungskompetenzen

Kompaktlehrgang – Koblenz

LG:	MA22-105
Termin:	16. - 18.06.2022
Zeit:	Do. - Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

Schatzmeister im Sportverein

Kompaktlehrgang – Koblenz

LG:	MA22-104
Termin:	26. - 28.05.2022
Zeit:	Do. - Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-107
Präsenztermin 1:	15.10.2022
Onlinephase:	16.10. - 11.11.2022
Präsenztermin 2:	12.11.2022
Zeit:	Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

Digitalisierung im Sportverein

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-106
Präsenztermin 1:	11.06.2022
Onlinephase:	12.06. - 07.07.2022
Präsenztermin 2:	09.07.2022
Zeit:	Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

2. Lizenzstufe

■ Vereinsmanager-B-Lizenz

Mit der Ausbildung zum DOSB Vereinsmanager-B bieten wir allen Inhabern einer gültigen Vereinsmanager-C-Lizenz die Möglichkeit, sich über das erworbene Grundlagenwissen hinaus zu qualifizieren. In der heutigen Vereins- und Verbandsarbeit ist zunehmend auch fachspezifisches Wissen gefragt. Die Vereinsmanager-B-Ausbildung baut auf dem erworbenen Grundwissen auf und bietet Ihnen die Möglichkeit, sich vertiefend mit ausgewählten Themen des Vereinsmanagements auseinanderzusetzen. Der Umfang der Ausbildung beträgt 60 LE. Die Sportbünde Rheinland, Rheinhessen und Pfalz bieten gemeinsam vier Wahlmodule von je 30 LE an, die Sie in einem Zeitraum von zwei Jahren beliebig kombinieren können. Die Lizenz ist vier Jahre gültig. Mit dem Besuch von Fortbildungen (15 LE) verlängert sich die Lizenz jeweils um weitere vier Jahre.

Voraussetzung: gültige Vereinsmanager-C-Lizenz
Verlängerung: Die Wahlmodule werden mit je 30 LE zur Verlängerung der Vereinsmanager-B-Lizenz anerkannt.

■ Finanzmanagement

Ausrichter Sportbund Rheinhessen

Höhere Anforderungen der Vereinsmitglieder bei knapper werdenden Ressourcen zwingen Sportvereine zunehmend, neue Einnahmequellen zu erschließen. Die Vereine sollten daher sinnvollerweise ihr Finanzkonzept überprüfen und gegebenenfalls korrigieren, um eine dauerhafte Existenzsicherung zu gewährleisten. Wir vermitteln das Handwerkzeug für die Überprüfung der Wirtschaftlichkeit Ihres Vereins und liefern tiefergehende Einblicke in das Steuerrecht mit seinen umfangreichen Vorschriften und Regelungen. Unser Vereinsmanager-B-Modul zeigt Ihnen an vielen Beispielen aus der täglichen Praxis auf, was Sie als Verantwortliche im Verein beachten sollten.

Inhalte: Grundlagen des Gemeinnützigkeitsrechts, Zuwendungsrecht, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer, Umsatzsteuer, Grundlagen der Finanzbuchführung im Sportverein, Finanzmanagement im Sportverein, Formen der Mitarbeit und der Vergütung

LG:	MA22-108
Modul 1:	25./26.03.2022
Modul 2:	08./09.04.2022
Ort:	Mainz
Zeit:	Fr., 17 - 21 Uhr / Sa., 9 - 17:30 Uhr
Dauer:	30 LE
Gebühr:	90 Euro (inkl. einfach Verpflegung und Tagungsgetränken)

Übernachtungen können beim Sportbund Rheinhessen angefragt werden: Stefan Keck, Tel.: (06131) 2814-201, S.Keck@Sportbund-Rheinhessen.de

■ Rund um das Vereinsrecht

Ausrichter Sportbund Pfalz

Das Vereinsrecht ist eine der wichtigsten Arbeitsgrundlagen im Verein und in der täglichen Arbeit unbedingt zu beachten. In diesem Ausbildungsmodul finden Sie Antworten und Hilfestellungen zu Themen rund um die Satzung, zu Rechten und Pflichten der Vorstandschaft und zu den wesentlichen Fragen rund um das Vereinsrecht. Im Vereinsalltag werden die Verantwortlichen ständig mit Rechtsfragen konfrontiert. Egal, ob sich der Verein als Bauherr betätigt, eine Vereinsgaststätte verpachtet, oder allgemeine Rechtsgeschäfte tätigt - immer gibt es Fragen, deren frühzeitige Beachtung wichtig sind und die Verantwortlichen und Ihren Verein rechtlich absichern. Steuerrechtlich relevante Themen sprechen wir ebenfalls an. Alle Antworten erhalten Sie in unserem Modul.

LG:	MA22-109
Ort:	Carlsberg / Hertlingshausen
Modul 1:	13./14.05.2022
Modul 2:	03./04.06.2022
Zeit:	Fr., 15 - 20 Uhr / Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE
Gebühr:	90 Euro (inkl. Übernachtung und Verpflegung)

Übernachtungen können beim Sportbund Pfalz angefragt werden: Christoph Fritzing, Tel.: (0631) 34112-23, Christoph.Fritzing@Sportbund-Pfalz.de

■ Öffentlichkeitsarbeit im Verein

Ausrichter Sportbund Rheinland

Für Sportvereine jeder Art und Größe stellt sich heute nicht die Frage ob, sondern wie Öffentlichkeitsarbeit effektiv und zielführend umgesetzt werden kann. Denn eines steht fest: Für den Erfolg und das Ansehen eines Vereins ist eine gezielte Öffentlichkeitsarbeit unerlässlich. Die interne Kommunikation zu Mitgliedern und anderen Funktionsträgern, die Außenwirkung, die Mitgliedergewinnung, die Zusammenarbeit mit den Behörden und die Sponsoring- oder Werbeaktivitäten sind wesentlich davon abhängig, welches Image Ihr Verein in der Öffentlichkeit hat. In diesem Lehrgang haben Verantwortliche für Medien und Öffentlichkeitsarbeit in Sportvereinen die Möglichkeit, einfache Tipps und Tricks für eine solide Medien- und Öffentlichkeitsarbeit kennenzulernen. Denn mit wenigen Handgriffen lässt sich die Öffentlichkeitsarbeit im Verein so gestalten, dass auch mit geringem finanziellem und organisatorischem Aufwand Erfolge erzielt werden können.

Inhalte: Allgemeine Ziele und Aufgaben von Öffentlichkeitsarbeit in Sportvereinen, Interne und externe Kommunikation, Grundlagen für eine erfolgreiche Pressearbeit, Öffentlichkeitsarbeit und neue Medien, Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit (Social Media Kanäle, Homepage, Vereinszeitschrift, etc.)

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-110
Präsenztermin 1:	02.07.2022
Onlinephase:	03.07. - 15.07.2022
Präsenztermin 2:	16.07.2022
Zeit:	9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE
Gebühr:	90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

ANZEIGE

 **Dipl.-Bw. (FH)**
Bettina Bur
Steuerberaterin


SPORTBUND RHEINLAND

**KOOPERATIONSPARTNERIN & REFERENTIN
FÜR ALLE FRAGEN ZUM VEREINSSTEUERRECHT**

HAUPTSTRAßE 26
56269 DIERDORF

TEL.: 02689 / 7119
FAX: 02689 / 2058

INFO@STB-BUR.DE
WWW.STB-BUR.DE



■ Ehrenamt 4.0 – Neue Wege der Mitarbeit

Ausrichter Sportbund Rheinland

Engagierte und kompetente Mitarbeiter bilden das Fundament des Vereins und stellen daher die wichtigste Ressource für eine erfolgreiche Vereinsarbeit dar. Doch die Suche nach qualifiziertem ehrenamtlichem wie hauptamtlichem Personal entwickelt sich heute oft zur Herausforderung. Zeit also, die vorhandenen Formen des Engagements einmal genau unter die Lupe zu nehmen und hinsichtlich ihrer Aktualität zu prüfen. Denn Menschen dazu zu bewegen, sich in ihrer Freizeit im Verein zu engagieren, dazu gehört ein hohes Maß an Motivation und Begeisterung und hin und wieder auch der Griff zu kreativen oder ungewöhnlichen Lösungen. Ein zukunftsfähiges Mitarbeitermanagement im Sportverein geht weit über die Frage der Mitarbeitergewinnung hinaus. Wie gelingt eine langfristige Mitarbeiterbindung? Wie können Aufgaben klar, sinnvoll und transparent verteilt werden? Diese und andere Fragen stehen im Mittelpunkt dieses Lehrgangs. Nutzen Sie diesen Wissensvorsprung, um Mitarbeitermanagement in Ihrem Verein nicht dem Zufall zu überlassen.

Inhalte: Gewinnung ehrenamtlicher Mitarbeiter, zeitgemäße Aufgabenverteilung im Vorstand, Bedürfnisse und Motive des Engagements, Mitarbeitermarketing, Mitarbeiterbindung und Motivation, Unterstützung des Vorstandes durch bezahlte Mitarbeit, sinnvolle Vereinsstruktur als Basis für ehrenamtliche Mitarbeit.

Blended Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-111
Präsenztermin 1:	05.11.2022
Onlinephase:	06. - 18.11.2022
Präsenztermin 2:	19.11.2022
Zeit:	9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE
Gebühr:	90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

Lehrgänge mit Zertifikat

Die Arbeit in den ehrenamtlichen Vorständen der Sportvereine erfordert zunehmend fachliche Kompetenz. Ob es um die Beachtung zahlreicher gesetzlicher Vorschriften geht oder um Instrumente für ein professionelleres Vorgehen, kaum ein Vorstand bleibt davon verschont. Mit den Zertifikatslehrgängen der SBR Management-Akademie bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in kurzer und kompakter Form spezielles Wissen zu Ihrem Fachbereich zu erwerben, um Ihr Vorstandsamt professioneller und effektiver ausüben zu können. Alle angebotenen Lehrgänge werden als Bestandteil der Offenen Ausbildung zum DOSB Vereinsmanager-C, Teil 2 anerkannt. Der Pflichtteil „Grundlagen des Ver-

einsmanagements“ muss dabei nicht zwingend als erstes besucht werden. Die Lehrgänge mit Zertifikat können auch einzeln ohne Teilnahme an der Offenen Ausbildung zum DOSB Vereinsmanager-C besucht werden.

Die Lehrgänge schließen jeweils mit dem Erhalt eines Zertifikats der SBR Management-Akademie ab.

Verlängerung: Zertifikatslehrgänge werden mit 30 LE zur Verlängerung der Vereinsmanager-C- und Vereinsmanager-B-Lizenz anerkannt.

■ Sportstättenmanager

Moderne, gut erhaltene und zweckdienliche Sportstätten sind die Grundvoraussetzung für die Durchführung von Sportangeboten und somit auch für die Zukunftsfähigkeit des Vereins. Viele Vereine verfügen über eigene Sportanlagen oder haben Sportstätten langfristig gepachtet. Eine besondere Verantwortung, denn die Unterhaltung dieser Sportstätten bedarf einer Vielzahl unterschiedlicher Fachkenntnisse und einer vorausschauenden Verwaltung. Vor diesem Hintergrund erhalten Sie in diesem Blended-Learning-Lehrgang ein kompaktes und aktuelles Wissen zum ganzheitlichen und nachhaltigen Management vereinseigener und gepachteter Sportstätten.

Inhalte: Finanzierung, Verein als Betreiber (Instandhaltung, Rücklagenbildung, Versicherungsschutz) rechtliche Grundlagen (z.B. Pachtverträge), Energiesparmöglichkeiten, Förderungsmöglichkeiten.

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken); 30 LE.

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-103
Präsenztermin:	05./06.02.2022
Zeit:	Sa./So., 9 - 18 Uhr
Onlinephase:	07. - 20.02.2022

■ Schatzmeister im Sportverein

Der Schatzmeister oder Kassierer im Verein ist eine Schlüsselfunktion im Vereinsvorstand, zeichnet er doch verantwortlich für eine ausgewogene Haushaltslage. Ihm obliegt es, verantwortungsvoll mit den Geldern des Vereins umzugehen. Er ist zuständig für die fristgemäße Entrichtung von gesetzlichen Abgaben wie Steuern und Sozialversicherungsbeiträgen, aber auch für ein langfristiges und planvolles Finanzmanagement im Verein. Ohne Kenntnisse der gesetzlichen Grundlagen, ohne ein grundlegendes Wissen zum Finanzmanagement ist dieses Vorstandsamt kaum zu bewältigen. Unser Lehrgang bietet Ihnen einen umfangreichen Überblick zum Aufgabenbereich des Schatzmeisters bzw. Kassierers, vermittelt Ihnen ein sicheres Wissen zu den gesetzlichen Grundlagen und zum Finanzmanagement und gibt Ihnen viele Praxistipps für die Arbeit im Verein.

Inhalte: Steuerliche Grundlagen, sozialversicherungsrechtliche Grundlagen, Buchführung, Finanzmanagement, Haftungsfragen, Spendenrecht.

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken); 30 LE.

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

Kompaktlehrgang – Koblenz

LG:	MA22-104
Termin:	26. - 28.05.2022
Zeit:	Do. - Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG:	MA22-107
Präsenztermin 1:	15.10.2022
Onlinephase:	16.10. - 11.11.2022
Präsenztermin 2:	12.11.2022
Zeit:	Sa., 9 - 18 Uhr
Dauer:	30 LE

■ Führungskompetenzen

Ein Verein kann nur so gut sein wie sein Vorstand. Wie aber sollte ein produktives Führungsverhalten aussehen? Gerade im Ehrenamt, einer freiwilligen und unentgeltlichen Mitarbeit sind heute neue Formen der Einbindung und Motivation der Mitarbeiter gefragt. Mit einem autoritären Führungsstil, Bevormundung und Frontalberieselung wird man heute kaum jemand nachhaltig für eine Mitarbeit im Verein begeistern. Gefordert sind soziale Kompetenzen und eine klare, respektvolle und situationsgerechte Kommunikation. In diesem Seminar arbeiten wir mit Ihnen gemeinsam an den wichtigsten Basiskompetenzen erfolgreicher Führung im Verein. Ob Sitzungsleitung oder Gesprächsführung, Konfliktmanagement oder Mitarbeitermotivation, anhand konkreter Fallbeispiele und Übungen erlangen Sie das notwendige „Rüstzeug“ für eine erfolversprechende Vereinsführung.

Inhalte: Führungsverhalten, Führungsstile, Reflexion des eigenen Führungsverhaltens, Sitzungsleitung, Gesprächsführung, Teamarbeit, Mitarbeitermotivation, Umgang mit Konflikten.

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken); 30 LE.

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

Kompaktlehrgang – Koblenz

LG:	MA22-105
Termin:	16. - 18.06.2022
Zeit:	Do. - Sa., 9 - 18 Uhr



Foto: LSB RLP / iStock / vadinguzhva

■ Digitalisierung im Sportverein

Sportvereine und Digitalisierung – auf den ersten Blick treffen zwei scheinbar völlig unterschiedliche Welten aufeinander: auf der einen Seite eine Institution mit jahrzehntealten Strukturen und Traditionen. Auf der anderen Seite eine neue Realität, in der man sich ständig online organisiert, kommuniziert und vernetzt. Nicht nur junge Menschen führen eine Lebensweise, in der man täglich und ganz selbstverständlich digitale Geräte, Apps oder Plattformen nutzt. Vereine stehen heute mehr denn je vor der Aufgabe, diese zwei Gegensätze zu vereinen, um sich dem digitalen Leben ihrer Mitglieder anzupassen und weiterhin zeitgemäß zu bleiben. Das ist jedoch keine Bedrohung für Vereine, sondern bietet vielfältige Chancen. Welche Möglichkeiten die Digitalisierung konkret zur Vereinfachung, Beschleunigung und Kommunikation eröffnet, damit beschäftigt sich dieser Lehrgang. Die Corona-Pandemie hat auch in der Vereinslandschaft für einen regelrechten Digitalisierungsschub gesorgt. Nun gilt es an dieser Entwicklung anzuknüpfen und mit gut durchdachten Maßnahmen in die Zukunft des Vereins zu investieren.

Inhalte: Digitale Präsenz des Vereins, Digitale Vereinsverwaltung, Digitale Veranstaltungen und Events, Interne Kommunikation & Vernetzung

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken); 30 LE.

Übernachtungen können in der Sportschule Oberwerth (www.SportschuleOberwerth.de) bis vier Wochen vor Lehrgangsbesuch gebucht werden, Einzelzimmer inklusive Frühstück 53 Euro/Nacht.

Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG: MA22-106
Präsenztermin 1: 11.06.2022
Onlinephase: 12.06. - 07.07.2022
Präsenztermin 2: 08.07.2022
Zeit: Sa., 9 - 18 Uhr

DOSB Jugendleiter-Lizenz-Ausbildung

Wie gestaltet man eine attraktive Jugendarbeit im Verein? Wie können Angebote für Kinder und Jugendliche sportartübergreifend gestaltet werden? Wie kann die Beteiligung von Kindern und Jugendlichen im Sportverein organisiert werden? Diese und weitere Fragen der Jugendarbeit werden in der DOSB Jugendleiter-Ausbildung erörtert und mit vielen Praxisbeispielen erprobt. Ziel der Ausbildung ist es, die Teilnehmenden für die Übernahme von Aufgaben in der Jugendarbeit zu qualifizieren und ihnen die rechtlichen Grundlagen zu vermitteln.

Voraussetzung: Teilnehmer ohne gültige Übungsleiter-C-Lizenz nehmen am Basislehrgang teil. Zusätzlich absolvieren sie insgesamt 60 LE Weiterbildungsmaßnahmen mit dem Profil Kinder / Jugendliche. Teilnehmer mit einer gültigen C-Lizenz nehmen an der Basisqualifizierung teil. Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten sie die Jugendleiterlizenz.

Zielgruppe: Mitglieder der Sportvereine und -verbände ab 16 Jahre, die bereits in der Jugendarbeit tätig sind oder zukünftig sein wollen.

Gebühr & Dauer: 90 Euro (inkl. Übernachtung & Verpflegung während der Präsenzphase); 60 LE

Blended-Learning-Lehrgang – Brohltal

LG: SJ22-303
1. Online-Arbeitstag: 07.05.2022
1. Onlinephase: 07. - 20.05.2022
Web-Seminare: 10.05. / 17.05. / 24.05.2022
Präsenzphase: 21. / 22.05.2022
2. Onlinephase: 22.05. - 13.06.2022
Abschluss: 19.11.2022 in Koblenz



Mehrtägige Seminare

■ Persönlichkeitstrainings mit Mehrwert

Unsere mehrtägigen Seminare sind thematisch auf die gezielte Persönlichkeitsentwicklung ausgerichtet. Denn nicht nur im Berufsleben, sondern auch im ehrenamtlichen Engagement ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit ein wichtiger Erfolgsfaktor. Der Umgang mit Stress, die Analyse der individuellen Stärken und Schwächen, der zielgerichtete Einsatz der eigenen Potentiale – dies sind nur einige Themen, an die unsere Seminare anknüpfen. Unter fachkundiger Anleitung erlernen Sie Strategien, von denen Sie nicht nur in der Vereinsarbeit, sondern auch im Beruf und im Privatleben profitieren werden. Die Teilnehmergebühr beinhaltet das Mittagessen und die Tagungsgetränke an beiden Tagen. Bitte beachten Sie, dass die Stornofrist für die mehrtägigen Seminare bei 14 Tagen vor Lehrgangsbeginn liegt.

Verlängerung: Mehrtägige Seminare werden mit 15 LE zur Verlängerung der Vereinsmanager-C- und Vereinsmanager-B-Lizenz anerkannt.

■ Veränderung erfolgreich angehen

Jeder Mensch erlebt Situationen, die eine echte Herausforderung darstellen und die Notwendigkeit einer Veränderung mit sich bringen. Gerade den Jahreswechsel nehmen viele zum Anlass, ihren Wunsch nach einer persönlichen Veränderung oder professionellen Weiterentwicklung zu realisieren. Nicht selten bleibt es aber bei dem Vorhaben, oft aus Angst vor dem Ungewissen oder schlicht, weil man nicht weiß, wie man die Veränderung angehen soll. Dabei sind sowohl Veränderung als auch der Umgang mit ihr erlernbar. In diesem Workshop erlernen Sie praktische Methoden, um Veränderungen bewusst anzustoßen. Sie lernen unter anderem Zielbilder zu formulieren, zu erkennen, wann Veränderungen sinnvoll sind und was Sie auch bei Rückschlägen tun können, um trotzdem am Ziel Ihres Veränderungswunsches anzukommen.

LG:	MA22-201
Termin:	22./23.01.2022
Zeit:	Sa., 10 - 18 Uhr / So., 9 - 15 Uhr
Ort:	Vallendar
Referent:	Andrea Kron, kronkonsult
Gebühr:	50 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

Übernachtungen können über den Sportbund Rheinland gebucht werden. Einzelzimmer inklusive Frühstück kosten 29,50 Euro/Nacht.

■ Achtsamkeit im Alltag verankern

Ob im Verein- oder Privatleben - unser Alltag ist meist von Schnelllebigkeit und Terminflut geprägt. Nicht selten sind dadurch Stress und Überforderung vorprogrammiert. Doch es gibt auch die Möglichkeit, inne zu halten und neue Energie zu schöpfen. „Achtsamkeit“ lautet hier das Stichwort. Durch Achtsamkeitsübungen wird das bewusste Erleben trainiert und dadurch aktiv zur Reduktion von Stress im Alltag beigetragen. In diesem Workshop erlernen Sie in Theorie und Praxis, was Achtsamkeit genau bedeutet und wie Sie diese Methoden leicht in den Alltag integrieren können.

LG:	MA22-202
Termin:	25./26.06.2022
Zeit:	Sa., 10 - 18 Uhr / So., 9 - 15 Uhr
Ort:	Vallendar
Referentin:	MBSR-Coach
Gebühr:	50 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

Übernachtungen können über den Sportbund Rheinland gebucht werden. Einzelzimmer inklusive Frühstück kosten 29,50 Euro/Nacht.

■ Zeit- und Selbstmanagement

Zeitmangel bestimmt in der heutigen Zeit sehr oft den Alltag engagierter Vereinsmitarbeiter. Berufsleben, Familie, soziale Kontakte, die eigene Gesundheit und die Vereinsarbeit unter einen Hut zu bekommen, stellt für viele eine Herausforderung dar. Trotz steigender Belastung ist es wichtig, den Blick für die wesentlichen Aufgaben nicht zu verlieren. Häufig geht die meiste Zeit und Energie verloren, weil klare Zielsetzungen, Planung und Prioritäten fehlen. Erfahren Sie in unserem Seminar, wie Sie sich selbst und Ihr Zeitpotential besser einschätzen. Lernen Sie Prioritäten auch an hektischen Tagen sinnvoll zu setzen, wirkliche und attraktive Ziele zu erkennen und konsequent zu verwirklichen. Durch individuelles, systematisches Selbst- und Zeitmanagement werden Sie nicht nur mehr Zeit gewinnen, sondern auch Ihre Lebensqualität steigern.

LG:	MA22-203
Termin:	08./09.10.2022
Zeit:	Sa., 10 - 18 Uhr / So., 9 - 15 Uhr
Ort:	Vallendar
Referent:	Josef Quester, Kommunikationstrainer, Prozess- und Innovations-Coach
Gebühr:	50 Euro (inkl. Mittagessen und Tagungsgetränken)

Übernachtungen können über den Sportbund Rheinland gebucht werden. Einzelzimmer inklusive Frühstück kosten 29,50 Euro/Nacht.

Tagesseminare

■ Wissen praktisch erfahren

Nicht selten sind Fortbildungsseminare üppig mit Informationen und fachlichen Hinweisen gefüllt. Als Teilnehmer verlässt man die Veranstaltung hoch motiviert, um doch nach einiger Zeit zu merken, dass das beste Fachwissen nichts nutzt, wenn es nicht in der Praxis umgesetzt werden kann. Unsere Tagesseminare wirken diesem Effekt entgegen und verknüpfen bereits bei der Wissensvermittlung Theorie und Praxis. Wer sich nur zurücklehnen und einem Vortrag lauschen möchte, ist hier fehl am Platz. In unseren Workshops ist Mitmachen angesagt. Ob Finanzen, Öffentlichkeitsarbeit oder Vereinsführung – die Themen werden in konkreten Übungen vermittelt, die eng an Situationen im Vereinsalltag anknüpfen. Unsere Tagesseminare finden samstags von 9 bis 16 Uhr statt. Die zentral gelegenen Tagungsstätten in Koblenz bieten Ihnen eine hervorragende Seminaratmosphäre und sind verkehrsgünstig gelegen. Die Teilnehmergebühr beinhaltet das Mittagessen und die Tagungsgetränke.

Verlängerung: Die Tagesseminare werden mit 8 LE zur Verlängerung der Vereinsmanager-C- und B-Lizenz anerkannt.

■ Weg vom Papier – Verwaltung digitalisieren

Aktuell gewinnt die Digitalisierung auch in der Vereinsverwaltung neuen Schwung. Eine gute Gelegenheit, diese Chance zu nutzen, um manche Abläufe im Verein auf den Prüfstand zu stellen. Denn mit digitaler Vereinsverwaltung schaffen Sie die Grundlage für Mobilität und Flexibilität im Vereinsführungsteam und im ganzen Verein. Digitale Prozesse und eine papierlose Ablage sind die Voraussetzungen für eine schnelle, virtuelle Zusammenarbeit mit Vorstandskollegen, Übungsleitern und Mitgliedern. Sie ermöglichen eine effiziente Zusammenarbeit über Bürogrenzen hinweg. Wenn Sie noch nicht genau wissen, wie Sie starten sollen, welche Technik Sie benötigen, welche gesetzlichen Regelungen zu beachten sind und wie Sie Ihre Vorstandskollegen dafür begeistern können, dann sind Sie in diesem Seminar genau richtig. Sie bekommen Tipps für hilfreiche Werkzeuge, die eine digitale Verwaltung im Büro unterstützen und Ihnen und Ihrem Verein die Umstellung erleichtern.

LG:	MA22-301
Termin:	29.01.2022, 9 - 16 Uhr
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Referentin:	Wera Sindermann, Sportbund Rheinland

■ Workshop Buchführung mit Lexware

Für Vereine jeder Größe ist es wichtig, Buchführungsaufwand und Steuerberatungskosten gering zu halten. Ziel dieses Seminars ist der Einstieg in das Programm Lexware. Sie erhalten zunächst eine kurze Einweisung in die Grundlagen der Vereinsbuchführung. Anschließend wird die Buchführung anhand des Programms vorgestellt. Von der Anlage des Vereins über laufende Geschäftsvorfälle bis zu den monatlichen Auswertungen der Einnahmen und Ausgaben in den jeweiligen Tätigkeitsbereichen werden alle notwendigen Schritte durchgesprochen und am PC in die Praxis umgesetzt. Hinzu kommen die Vorbereitungen zu den Abschlussbuchungen. Damit wir uns auf Fragen rund um die Software konzentrieren können, sollten Grundkenntnisse in Windows vorhanden sein. Vorkenntnisse in der Vereinsbuchführung sind aufgrund der oben erwähnten Einführung nicht notwendig, aber von Vorteil.

LG: MA22-302
Termin: 12.03.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referent: Elmar Lumer, Rechtsanwalt

■ Praxisworkshop Instagram

Instagram ist längst nicht mehr nur ein Medium für das Teilen schöner Urlaubsfotos. Viele Unternehmen und Personen nutzen Instagram als Werbe- und Kommunikationsplattform. Auch für Vereine eine mögliche Option. Richtig eingesetzt, kann das Instagram-Profil Ihnen dabei helfen, eine breitere Zielgruppe zu erschließen, Ihre Veranstaltungen zu bewerben, sich zu vernetzen und Ihre Inhalte zu verbreiten. Doch wie können Sie diese Social Media-Plattform nutzen, um sich und Ihre Angebote zeitgemäß zu präsentieren? Wie können Sie Postings, Stories und Reels interessant gestalten? Welche Möglichkeiten haben Sie, die Interaktion anzukurbeln? Wie bauen Sie eine Community auf? Im diesem Workshop lernen Sie anhand von praxisnahen Beispielen und Übungen nicht nur die gesamte Plattform von Grund auf mit ihren wichtigsten Funktionen kennen, Sie bekommen auch einen Einblick in die Techniken und Strategien, die Ihnen zu mehr Followern verhelfen.

LG: MA22-303
Termin: 26.03.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referenten: Stefan Rašić, Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

■ Feste, Feiern & Events – so werden sie zum Erfolg

Gesellige Veranstaltungen gehören nach der Pandemie hoffentlich wieder zum festen Bestandteil des Vereinslebens. Ob Jubiläumsfest, Sommerparty, Weihnachtsfeier, Sportfest, Laufevent oder Turnier – die Liste der Festivitäten im Verein ist lang. Bedingung für eine gelungene Veranstaltung ist deren perfekte Vorbereitung: Einladung, Rahmenprogramm, Raum, Bewerbung, Personaleinsatz, all dies muss sorgfältig und vorausschauend geplant werden. In diesem praxisnahen Workshop erwerben Sie die wichtigsten Grundlagen der Veranstaltungskonzeption und werden mit den Phasen einer gelungenen Veranstaltungsplanung vertraut gemacht. Nützliche Checklisten, wertvolle Praxistipps, aber auch wichtige Hinweise zu Genehmigungen rund um das Vereinsfest ergänzen diesen Workshop. Gemeinsam sammeln wir Ideen für originelle und effektvolle Möglichkeiten, die Ihre Vereinsveranstaltung aufwerten. Schließlich kann man mit einem einmaligen Event bei Mitgliedern, Sponsoren und in der öffentlichen Wahrnehmung punkten und sogar die Vereinskasse aufstocken.

LG: MA22-304
Termin: 30.04.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referentin: Claudia Flick

■ Neuer Vorstand – was nun?

Die Mitgliederversammlung ist vorbei, der neue Vorstand ist gewählt. Oft stellt sich an dieser Stelle die Frage: wie geht es nun weiter? Wie finden wir als Vorstand zusammen? Wie gehen wir die anstehenden Aufgaben gemeinsam an? So ist eine der wichtigsten Grundvoraussetzungen für einen reibungslosen Ablauf im Verein die klare Abgrenzung von Tätigkeitsbereichen und Verantwortlichkeiten. Eine strukturierte und transparente Aufgabenverteilung verbessert die Effektivität, beschleunigt Arbeitsprozesse und reduziert Konflikte. Denn nicht selten ist eine unzureichende Regelung der Verantwortlichkeiten die Ursache für Spannungen im Vorstand. Grund genug, von Beginn an die Grundlage für eine gute Zusammenarbeit zu legen. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie in Ihrem Verein eine transparente Organisationsstruktur schaffen. Sie erfahren, wie Sie Aufgaben delegieren können, um den Vorstand zu entlasten und wie der Kommunikationsfluss zwischen allen Gliedern der Organisation optimiert werden kann.

LG: MA22-305
Termin: 21.05.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referent: Friedel Gaidt, Lehrreferent Sportbund Rheinland

■ Konfliktgespräche meistern - ein Praxistraining

Vielleicht kennen Sie das: Hätte ich in dem letzten Gespräch mit meinem Vereinskollegen doch bloß anders reagiert! Wieso ist mir keine richtige Formulierung eingefallen? Was wollte meine Vorsitzende mir eigentlich sagen? Als Funktionsträger im Verein und auch sonst sind Sie stets ganz unterschiedlichen Gesprächssituationen ausgesetzt. Schwierig werden die Gespräche dann, wenn die Beteiligten aneinander vorbei reden, auf der eigenen Position verharren und es irgendwann zu Missverständnissen oder gar Konflikten kommt. Wie Sie solche schwierigen Gespräche und Konfliktsituationen sprachlich bearbeiten und lösen können, erfahren und erleben Sie in diesem Seminar.

LG: MA22-306
Termin: 16.07.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referent: Josef Quester, Kommunikationstrainer, Prozess- und Innovations-Coach

■ Finanzierungsmix optimal gestalten

Sportvereine müssen genau planen, wie sie mit ihren finanziellen Ressourcen das Optimum für ihre Mitglieder ermöglichen. Im Umkehrschluss ist eine an den Vereinsbedarf angepasste und ausgewogene Gestaltung der Finanzierungsquellen essenziell. Schließlich sprudeln früher selbstverständliche Geldquellen wie Spenden und Sponsoring nicht mehr wie gewohnt. Draus ergibt sich in der Praxis eine Vielzahl an Konsequenzen. So bekommt die Beitragsgestaltung einen zentralen Stellenwert in der Finanzplanung. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen auf, wie sie den optimalen Finanzierungsmix und einen angemessenen Mitgliedsbeitrag für Ihren Verein ermitteln. Sie lernen, wie Sie eine solide und bedarfsgerechte Finanzierungsstruktur gestalten und wie Sie diese transparent kommunizieren können.

LG: MA22-307
Termin: 10.09.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 30 Euro
Referent: Dietmar Fischer, Fischer Sportmanagement

■ Vereinsinterne Kommunikation – darauf kommt es an!

Eine klare und stimmige interne Kommunikation ist der Schlüssel eines erfolgreichen Vereins. Denn gute Kommunikation trägt zur Zufriedenheit gleichermaßen bei Mitgliedern und Mitarbeitern bei und beugt Fluktuation vor. Fühlen sich die Menschen in Ihrem Verein verstanden und ernst genommen, identifizieren sie sich stärker mit ihrer Organisation. Doch was bedeutet gute interne Kommunikation? Von welchen Faktoren hängt sie ab? In diesem Seminar helfen wir Ihnen dabei, Ihre Kommunikationskompetenz zu verbessern. Wir vermitteln Ihnen Grundregeln erfolgreicher interner Kommunikation und geben anhand konkreter Fallbeispiele umsetzbare Tipps für die Vereinsarbeit. Wir nehmen Fallstricke der Kommunikation unter die Lupe und leiten konkrete Methoden und Maßnahmen ab, um solche Fehlerquellen zu vermeiden.

LG: MA22-308
Termin: 10.09.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referent: Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

■ Homepage-Check

Im digitalen Zeitalter ist die Homepage die Visitenkarte Ihres Vereins und fester Bestandteil der Öffentlichkeitsarbeit. Die meisten Vereine haben zwar eine eigene Internetpräsenz, doch nicht selten ist das Erscheinungsbild weder zeitgemäß noch ansprechend, die Inhalte veraltet und potentielle Nutzungsmöglichkeiten kaum ausgeschöpft. In unserem Homepage-Check nehmen Sie Ihre Vereinshomepage kritisch unter die Lupe. Gemeinsam mit unseren Experten erarbeiten Sie auf konstruktive Weise, wie man Inhalte und Gestaltung verbessern kann. Wie kann die Navigation verbessert werden? Wie können Sie Emotionen bei Ihren Usern wecken? Wie gelingt ein responsives Webdesign? Wie können Social Media-Kanäle sinnvoll verknüpft werden? Auf diese und andere Fragen werden Sie an diesem Tag individuelle Antworten erhalten und falls gewünscht, erste Änderungen vornehmen. Wir helfen Ihnen durch theoretisches Hintergrundwissen und anschauliche Beispiele Schritt für Schritt zu einem stimmigen Internetauftritt.

LG: MA22-309
Termin: 17.09.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referenten: Stefan Rašić, Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

S | S | B | P

RECHTSANWÄLTE & FACHANWÄLTE

CHRISTOPH SCHÖLL

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Bau- und Architektenrecht
Miet- und WEG-Recht

STEFAN SCHWARZ

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Arbeitsrecht
Handels- und Gesellschaftsrecht
Sportrecht

LOTHAR BREITENBACH

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Bau- und Architektenrecht
Miet- und WEG-Recht
Erbrecht

KAI DUMSLAFF

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Arbeitsrecht

DR. ULRICH BLANG

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Arbeitsrecht
Verkehrsrecht
Versicherungsrecht

THOMAS ROMPELBERG

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Miet- und WEG- Recht
Familienrecht

MATTHIAS PAULI

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Miet- und WEG-Recht

GUIDO NOVIYANTI

Rechtsanwalt | Fachanwalt
Handels- und Gesellschaftsrecht
Steuerrecht

LUCAS ELVERMANN

Rechtsanwalt

SVENJA FAUST

Rechtsanwältin

C. BRAUNER-KLAUS

Rechtsanwältin | Fachanwältin
Verkehrsrecht

OLGA WIEBE

Rechtsfachwirtin
Forderungsmanagement



**IHRE RECHTANWÄLTE & FACHANWÄLTE
IN KOBLENZ**

■ Sitzungen souverän leiten

Ob Mitgliederversammlungen oder Vorstandstreffen – Sitzungen sind ein wesentlicher Bestandteil ehrenamtlicher Vorstandsarbeit. Für viele sind sie aber nicht mehr als ein notwendiges Übel ihres Ehrenamts und werden als langweilig und wenig effektiv erlebt. Oft fehlt zudem auch ein fundiertes Hintergrundwissen und Erfahrung darüber, wie eine professionelle Sitzungsleitung erfolgt. Mit diesem Seminar möchten wir Abhilfe schaffen und Sie für kommende Sitzungen rüsten! Wir zeigen Ihnen auf, wie Sie Sitzungen und Mitgliederversammlungen gut vorbereiten, alle Anwesenden in den Entscheidungsprozess einbeziehen, die Diskussion effizient strukturieren und so zu klaren Ergebnissen kommen. Ein besonderes Augenmerk legen wir auf Methoden zielführender Kommunikation im Rahmen von Sitzungen und den respektvollen Umgang mit unterschiedlichen Charaktertypen.

LG: MA22-310
Termin: 15.10.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referent: Josef Quester, Kommunikationstrainer, Prozess- und Innovations-Coach

■ Workshop Buchführung mit IntelliVerein

In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, sich mit dem Buchführungsmodul der Vereinssoftware IntelliVerein zu beschäftigen. Sie erhalten zunächst eine kurze Einweisung in die Grundlagen der Vereinsbuchführung. Anschließend wird die Buchführung anhand des Programms vorgestellt. Von der Anlage des Vereins über laufende Geschäftsvorfälle bis zu den monatlichen Auswertungen der Einnahmen und Ausgaben in den jeweiligen Tätigkeitsbereichen werden alle notwendigen Schritte durchgesprochen und am PC in die Praxis umgesetzt. Hinzu kommen die Vorbereitungen zu den Abschlussbuchungen. Damit wir uns auf Fragen rund um die Software konzentrieren können, sollten Grundkenntnisse in Windows vorhanden sein. Vorkenntnisse in der Vereinsbuchführung sind aufgrund der oben erwähnten Einführung nicht notwendig, aber von Vorteil.

LG: MA22-311
Termin: 19.11.2022, 9 - 16 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

Kurzseminare

Die Kurzseminare, die als Web-Seminare, d.h. ortsunabhängig stattfinden, beschäftigen sich mit verschiedenen Themen aus der Vereinspraxis. Kurz und kompakt erhalten Sie Hilfe und wertvolle Tipps für Ihre tägliche Vereinsarbeit. Die Kurzseminare haben eine Dauer von 90 Minuten. Sie können unseren Web-Seminaren bequem von Zuhause folgen. Um an einem Web-Seminar teilnehmen zu können, ist ein PC oder ein mobiles Endgerät mit Internetzugang nebst Lautsprecher oder Kopfhörern zwingend erforderlich.

Gebühr: Die Teilnahme inklusive Teilnehmerunterlagen ist kostenfrei.

Verlängerung: Die meisten Kurzseminare werden mit 2 LE zur Verlängerung der Vereinsmanager-C-Lizenz anerkannt.

■ Online Beratung / Schulung

Sie haben Interesse an einem Thema, das wir nicht als Web-Seminar anbieten? Oder Sie haben ein Thema, das viele Mitarbeiter/Mitglieder oder den Vorstand Ihres Vereins betrifft? Gerne stehen Ihnen die Referenten der SBR Management-Akademie für Schulungsmaßnahmen oder Beratungen Online zur Verfügung. Beispiele für Online-Beratungen/Schulungen: Steuerfragen im Verein, Versicherungsfragen im Verein, Lohnsteuer- und sozialversicherungsrechtliche Fragen bei der Übungsleiterhonorierung, Haftungsfragen im Vorstand, Aufsichtspflicht, andere Themen nach Absprache.

Termine: Nach telefonischer Vereinbarung
Gebühr: 100 Euro

■ Grundlagen Steuern – Buchführung

Sie sind als Kassierer oder Schatzmeister in den Vorstand gewählt worden und stehen vor einem Buch mit sieben Siegeln – der Buchführung im Verein. Selbst für Personen, die beruflich aus dem Finanz- und Buchhaltungsbereich kommen, ist es oft nicht so einfach, die Besonderheiten der Buchführung im Verein zu verstehen. Eine korrekte Vereinsbuchführung aber ist eine wichtige Grundlage für den Erhalt der Gemeinnützigkeit. In unserem Seminar lernen Sie die wichtigsten steuerlichen Regelungen kennen und wir zeigen Ihnen auf, was die Aufgaben der Vereinsbuchführung sind und wie Sie eine ordnungsgemäße Buchführung in Ihrem Verein gewährleisten. Dieses Web-Seminar ist die Grundlage für die folgenden Aufbaumodule.

LG: MA22-WEB-401
Termin: 26.01.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

LG: MA22-WEB-411
Termin: 06.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ Grundlagen Steuern – Gemeinnützigkeit

Der Steuerdschungel und das Gemeinnützigkeitsrecht sind vielen Vereinsvertretern ein Buch mit sieben Siegeln. Mit der Erlangung der Gemeinnützigkeit ist eine Reihe von Steuervorteilen verbunden, aber es sind auch bestimmte gesetzliche Vorgaben zu beachten. Dieses Aufbau-Seminar vermittelt Ihnen einen Überblick über die Grundsätze der Gemeinnützigkeit und die wichtigsten steuerlichen Regelungen. Insbesondere Kassierer, Schatzmeister und Geschäftsführer sollten diese Möglichkeit nutzen. Dieses Web-Seminar ist die Grundlage für die folgenden Aufbaumodule.

LG: MA22-WEB-402
Termin: 16.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

LG: MA22-WEB-412
Termin: 06.10.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

■ Aufbau Steuern – die Umsatzsteuer

Die Umsatzsteuer ist die Steuerart, mit der Vereine am ehesten konfrontiert werden. Unser Seminar zeigt Ihnen auf, wann Vereine unter die Kleinunternehmerregelung fallen und von der Umsatzsteuer befreit sind. Fallen Vereine nicht unter die Kleinunternehmerregelung oder haben sie zugunsten des Vorsteuerabzugs auf die Kleinunternehmerregelung verzichtet, fallen Umsatzsteuern an. Anhand praktischer Beispiele zeigen wir Ihnen auf, wann und wie viel Umsatzsteuer in den einzelnen Bereichen anfällt und was Sie in der Praxis zu beachten haben.

LG: MA22-WEB-404
Termin: 27.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ Aufbau Steuern – Spenden und Sponsoring

Spenden und Sponsorengelder sind in jedem Verein eine willkommene zusätzliche Einnahmequelle. Aber auch hier gibt es eine Reihe von Vorschriften und gesetzlichen Regelungen, die zu beachten sind. In der Praxis ist es für viele Vereinsvertreter nicht einfach, das eine vom anderen zu unterscheiden und die Einnahmen steuerlich richtig zu veranlagern. Unser Seminar zeigt Ihnen auf, worin der Unterschied zwischen Spenden und Sponsoring besteht und wie sie steuerlich zu behandeln sind. Sie erfahren, welche Spendenarten es gibt und was Sie bei den einzelnen Spendenarten zu beachten haben.

LG: MA22-WEB-403
Termin: 23.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

LG: MA22-WEB-413
Termin: 12.10.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ Aufbau Steuern – Rücklagenbildung und Mittelverwendung

Gemeinnützige Vereine dürfen laut geltendem Steuerrecht nicht gewinnorientiert wirtschaften und ihre Mittel nur zweckentsprechend einsetzen. Bei unzulässiger Rücklagenbildung und falscher Mittelverwendung kann es zum Verlust der Gemeinnützigkeit kommen und das kann unter Umständen teuer werden. Die gesetzlichen Rahmenbedingungen wurden diesbezüglich gelockert, sind aber noch immer eng gefasst. Unser Seminar zeigt Ihnen auf, wie Sie im gesetzlichen Rahmen Rücklagen bilden können, um Ihrem Verein ein finanzielles Polster zu verschaffen und was bei der Verwendung der Finanzmittel zu beachten ist.

LG: MA22-WEB-405
Termin: 18.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ Aufbau Steuern – Der Förderverein

Fördervereine werden häufig gegründet, um bestimmte Tätigkeitsfelder des Vereins finanziell zu unterstützen. Im Prinzip eine sinnvolle Finanzstütze des Vereins. Aber Vorsicht, Fördervereine können sich als Steuerfalle herausstellen. Gerade Fördervereine werden vom Finanzamt genau unter die Lupe genommen, besteht hier doch der Verdacht, dass Steuervorteile für gemeinnützige Vereine in unzulässiger Weise doppelt in Anspruch genommen werden. Worauf Sie bei der Satzungsgestaltung und der tatsächlichen Geschäftsführung des Fördervereins achten sollten, um nicht in Konflikt mit dem Finanzamt zu geraten, erfahren Sie in diesem Seminar.

LG: MA22-WEB-406
Termin: 08.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ Arbeitsverhältnisse im Sport – Übungsleiter und andere Beschäftigte

Ob Übungsleiter oder Platzwart, nebenberuflich Beschäftigte sind in vielen Vereinen keine Seltenheit mehr. Die vielfältigen Vorschriften, die zu beachten sind, stellen die meisten ehrenamtlichen Mitarbeiter vor schier unlösbare Probleme. Hinsichtlich der sozialversicherungsrechtlichen Beurteilung der Übungsleiter treten die meisten Fragen auf. Unser Seminar vermittelt Ihnen einen Überblick zu den Regelungen der geringfügigen Beschäftigung, zur Anwendung der Ehrenamts-pauschale und des Übungsleiterfreibetrages sowie zu den Regelungen des Mindestlohngesetzes.

LG: MA22-WEB-407
Termin: 10.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

■ Aufbau Steuern – Lohnsteuer- und Sozialversicherungsprüfung

Zunehmend geraten auch Sportvereine in den Fokus der Lohnsteuer- und Sozialversicherungsprüfer. Wurde früher bei Vereinen hier und da ein Auge zuge-drückt, muss man heute feststellen, dass Vereine mit demselben Maßstab wie Unternehmen gemessen werden. Zu beachten sind auch die Regelungen des Mindestlohn-gesetzes, die in bestimmten Fällen auch auf Vereine zutreffen. Wir zeigen Ihnen auf, bei welchen Fällen im Verein Lohnsteuer und Sozialversicherungsbeiträge ab-zuführen sind, wann das Mindestlohn-gesetz greift, wie die Prüfungen ablaufen und welche Unterlagen Sie zu führen und bereitzustellen haben.

LG: MA22-WEB-408
Termin: 05.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Mathias Hild, Steuerberater

LG: MA22-WEB-409
Termin: 17.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Mathias Hild, Steuerberater

■ Kassenprüfung im Verein

Nahezu jede Vereinssatzung enthält Regelungen zur Kassenprüfung, selten aber zu Art und Umfang. Auch das Bürgerliche Gesetzbuch schweigt sich hier aus. Dabei ist die Kassenprüfung ein wichtiges Kontrollinst- rument der Mitglieder. Viele Kassenprüfer sind sich ih- rer Verantwortung bei der Übernahme dieser Tätigkeit nicht bewusst und vielfach herrscht Unsicherheit, was im Rahmen der Kassenprüfung zu tun ist. Unser Semi- nar bietet Ihnen einen praxisorientierten Leitfadens und erläutert, was in rechtlicher Hinsicht, bei Haftungsfr- agen der Kassenprüfer bis hin zu Art und Umfang der Kassenprüfung zu beachten ist.

LG: MA22-WEB-410
Termin: 22.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Mathias Hild, Steuerberater

■ Serviceleistungen und Zuschüsse

In diesem Seminar informieren wir Sie über die Arbeit des Sportbundes Rheinland, seine Leistungen für Verei- ne und Zuschussmöglichkeiten. Behandelt werden un- ter anderem folgende Fragen: Welche Leistungen bie- tet der Sportbund Rheinland seinen Mitgliedsvereinen? Welche Zuschüsse können Vereine vom Sportbund Rheinland erhalten? Welche Beiträge und Umlagen zahlen Vereine an den Sportbund Rheinland und wie werden sie verwendet?

LG: MA22-WEB-414
Termin: 10.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referentin: Wera Sindermann, Sportbund Rheinland

■ Steine und Strom – Hilfe für Vereinsanalagen

Wer als Sportverein eine Halle, ein Vereinsheim oder andere Sportanlagen sein Eigen nennt, ist immer mit besonderen Ausgaben belastet: Irgendwann müssen Ausbesserungsarbeiten getätigt werden oder der alte Stromvertrag endet. Jetzt gilt es zu vergleichen und

die Augen bei Zuschüssen offen zu halten. In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick über mögliche Unterstützungsleistungen bei Renovierungs- und Baumaßnahmen. Die Kooperation mit der innogy AG bringt den Vereinen zusätzliche Vorteile und bessere Konditionen beim Stromverbrauch. Daneben kann der SBR Sicherheits-Checks (RAL) über fortuna Sportgeräte GmbH anbieten.

LG: MA22-WEB-415
Termin: 23.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referentin: Sabrina Eichmann, Sportbund Rheinland

■ Fusionen und Kooperationen im Sport

Nicht nur aufgrund der angespannten Finanzlage, sondern oft auch aus strategischen Überlegungen befassen sich immer mehr Vereine mit dem Thema Kooperation aber auch Fusion. Insbesondere im Spielbetrieb bestehen Kooperationen in Form von Spielgemeinschaften schon lange, auch hier kommt häufig die Frage auf, ob eine Fusion Sinn macht. In diesem Seminar stellen wir verschiedene Kooperationsmöglichkeiten vor und beantworten die Frage, wann Fusionen sinnvoll sind und wann nicht. Wir zeigen auf, was die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Zusammenarbeit, die praktische Vorgehensweise bei Anbahnung und Durchführung von Kooperationen und Fusionen sind und welche rechtlichen und versicherungstechnischen Fragen zu beachten sind.

LG: MA22-WEB-416
Termin: 08.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referenten: Barbara Berg, Sportbund Rheinland & Dennis Gronau, Fußballverband Rheinland

■ Leitfaden Angebotsentwicklung

Die Rahmenbedingungen für die Vereinsarbeit haben sich in den vergangenen Jahren erheblich verändert und werden sich weiter verschärfen. Demografische Entwicklung, kommerzielle Konkurrenz, Dienstleistungsmentalität der Mitglieder – das sind nur einige Dinge, mit denen Sportvereine sich heute und zukünftig auseinandersetzen müssen. Doch wie sieht diese Auseinandersetzung konkret aus? Wie gehe ich bei der Planung neuer Angebote vor und wie kann eine Erweiterung des Portfolios sinnvoll gestaltet werden? Unser Leitfaden Angebotsentwicklung zeigt Ihnen auf, welche Anforderungen zukünftig an Vereinsangebote gestellt werden und wie Sie bei der Entwicklung individueller Lösungsstrategien für Ihren Verein konkret vorgehen können.

LG: MA22-WEB-417
Termin: 06.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Ines Cukjati, Sportbund Rheinland

■ Leitfaden Mitarbeiterentwicklung

Engagierte und kompetente Mitarbeiter sind die wichtigste Grundlage für eine gelungene Arbeit im Sportverein. Ein wesentliches Ziel muss es daher sein, eine ausreichende Zahl solcher Mitarbeiter im Verein zu haben, die ihr Wissen und ihre Zeit zur Verfügung stellen. Doch wie sieht strategische Mitarbeiterentwicklung aus? In diesem Web-Seminar erhalten Sie hierfür einen kompakten Leitfaden. Angefangen von der Motivation insbesondere ehrenamtlicher Kräfte, über die Themen Bedarfsanalyse und Mitarbeitermarketing bis hin zu den Instrumenten der Förderung und Bindung, Sie bekommen das notwendige Rüstzeug, damit das Thema Mitarbeit in Ihrem Verein nicht dem Zufall überlassen wird.

LG: MA22-WEB-418
Termin: 01.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Ines Cukjati, Sportbund Rheinland

■ Leitfaden Aufgabenverteilung im Vorstand

Die Grundvoraussetzung für einen reibungslosen Ablauf im Verein ist eine klare Abgrenzung von Tätigkeitsbereichen und Verantwortlichkeiten. Eine strukturierte und transparente Aufgabenverteilung verbessert die Effektivität, beschleunigt Arbeitsprozesse und reduziert Konflikte. Denn nicht selten ist eine unzureichende Regelung der Verantwortlichkeiten die Ursache für Spannungen im Vorstand. In diesem Leitfaden lernen Sie, wie Sie in Ihrem Verein das Thema „transparente Organisationsstruktur“ angehen können. Sie erfahren, wie Sie Aufgaben delegieren können, um den Vorstand zu entlasten und wie der Kommunikationsfluss zwischen allen Gliedern der Organisation optimiert werden kann.

LG: MA22-WEB-419
Termin: 27.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Ines Cukjati, Sportbund Rheinland

■ Grundlagen Recht – Vereinsrecht Einführung

Das Vereinswesen ist von vielen rechtlichen Vorgaben geprägt. Gleichzeitig sind die Anforderungen an das Rechtswissen für Laien zunehmend hoch, die Sachlagen oft komplex und nicht jeder hat den Vorteil, von Hause aus Jurist zu sein. Dieses Web-Seminar verschafft Ihnen einen ersten kompakten Überblick über die wichtigsten Aspekte des Vereinsrechts. Welche Regelungen gibt es im Vereinsrecht? Was bedeutet es, ein eingetragener Verein zu sein? Was steckt hinter dem Begriff der Gemeinnützigkeit? In dieser Einführung wird der fachliche Grundstein in Sachen Vereinsrecht gelegt, weitere Web-Seminare sorgen darauf aufbauend für Vertiefung in die Materie.

LG: MA22-WEB-420
Termin: 01.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

■ Grundlagen Recht – Satzungsgestaltung und –änderung

Jeder Verein hat sie, die Satzung. Wenige Vereinsvertreter wissen, was in der Satzung steht und welche rechtliche Bedeutung die Satzung für das Vereinsleben hat. Die Satzung ist de facto das Vereinsgesetz und ist damit zwingend zu beachten. Da lohnt es sich, die Satzung regelmäßig auf ihre Aktualität und Zweckmäßigkeit zu prüfen. Insbesondere sehr lange bestehende Satzungen können einem Verein die ein oder andere unliebsame Überraschung bescheren. Unser Seminar informiert Sie über das aktuelle Vereinsrecht, was Sie in Ihrer Satzung umsetzen müssen und wie diese am besten zu gestalten ist.

LG: MA22-WEB-421
Termin: 28.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

■ Aufbau Recht – Die Mitgliederversammlung

Die Mitgliederversammlung ist das oberste Vereinsorgan und für die Mitglieder die Gelegenheit, bei Entscheidungen mitzubestimmen. Ihre Beschlüsse sind verbindlich und haben rechtliche Relevanz. Schon bei der Vorbereitung können Fehler unterlaufen, die das Ziel der Veranstaltung gefährden. Das muss nicht sein! In unserem Seminar erfahren Sie, wie eine Mitgliederversammlung geplant und ordnungsgemäß durchgeführt wird und welche Rolle die Satzung dabei spielt.

LG: MA22-WEB-422
Termin: 10.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Barbara Berg, Sportbund Rheinland

■ Aufbau Recht – Haftungsfragen im Vorstand

„Wir stehen mit einem Bein im Gefängnis“, hört man öfter von Vorstandsmitgliedern. Ganz so ist es nicht. Der Gesetzgeber hat die Haftung ehrenamtlicher Vorstandsmitglieder auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz begrenzt. Eine erfreuliche Änderung des BGB. Aber in der Tat können Vorstandsmitglieder in bestimmten Fällen persönlich haftbar gemacht werden. Unser Seminar informiert Sie über die gesetzlichen Regelungen zur Haftung ehrenamtlicher Vorstände. Sie erfahren, in welchen Fällen es zu einer Haftung kommen kann und welche Möglichkeiten der Haftungsbeschränkung und Risikominimierung Sie haben.

LG: MA22-WEB-423
Termin: 28.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Stefan Schwarz, Rechtsanwalt

LG: MA22-WEB-424
Termin: 05.10.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Stefan Schwarz, Rechtsanwalt

■ Grundlagen Medienrecht

Ob beim Abschlussbild der Vereinsfahrt, bei Bildern für die Homepage oder Fotos vom Fußballspiel für den Pressebericht, die Veröffentlichung von (personenbezogenen) Bildern und Daten in den Medien gehört zum Alltag der Vereinsarbeit. Dennoch herrscht häufig Rechtsunsicherheit, wenn es um den korrekten Umgang mit Veröffentlichungen geht. Mit diesem Seminar können Sie dem entgegenwirken. Hier werden die wichtigsten juristischen Aspekte rund um das Medien- und Urheberrecht beleuchtet: Bildrechte, Pflichtangaben, Impressum, Copyright, Urheberrecht und vieles mehr.

LG: MA22-WEB-425
Termin: 30.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Alexander Brittnner, Rechtsanwalt

■ Aufbau Medienrecht

Sie haben am Web-Seminar „Grundlagen Medienrecht“ teilgenommen und haben Interesse an einem tiefergehenden Einblick in das Thema? Oder Sie sind mit dem Thema Medienrecht schon vertraut und möchten Ihren Erfahrungsschatz erweitern? Dann sind Sie bei dieser Veranstaltung genau richtig. Ob Bildrechte, Pflichtangaben, Impressum, Copyright oder Urheberrecht, die vielfältigen Aspekte des Medienrechts werden hier aufbauend auf den Grundlagen näher beleuchtet. Anhand von praxisnahen Beispielen erfahren Sie, wie Sie und Ihr Verein medienrechtlich auf der sicheren Seite agieren.

LG: MA22-WEB-426
Termin: 13.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Alexander Brittnner, Rechtsanwalt

■ Grundlagen: Datenschutz im Verein

Datenmissbrauch und Datenklau – Schlagworte, die häufig in den Medien kursieren. Auch im Rahmen der Vereinsverwaltung müssen die Datenschutzgrundverordnung und das Bundesdatenschutzgesetz beachtet werden. Das Bundesdatenschutzgesetz schreibt z.B. vor, einen Datenschutzbeauftragten zu bestellen, wenn in der Regel mindestens 20 Personen ständig mit Datenverarbeitung beschäftigt sind. Was bedeutet Datenschutz konkret für die Vereinspraxis? Welche Mitgliedsdaten dürfen wie erhoben, verarbeitet und weitergegeben werden? Haftet der Vorstand für Datenmissbrauch? Diese und weitere Fragen werden anhand von praxisnahen Fallbeispielen in diesem Seminar behandelt.

LG: MA22-WEB-427
Termin: 16.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Dr. Frank Weller, Rechtsanwalt

■ Aufbau Datenschutz – Verarbeitungsverzeichnis und Informationspflichten

Mit Einführung der DSGVO muss jeder Verein das Verarbeitungsverzeichnis zur Verarbeitung personenbezogener Daten führen. In diesem Verzeichnis werden alle Verarbeitungsvorgänge aufgelistet. Woher kommen die Mitgliederdaten in Ihrem Verein? Wo gehen diese Daten hin? Wie lange werden Daten gespeichert? Was passiert mit Daten, wenn sie nicht mehr benötigt werden? Wie Sie dieses Verzeichnis rechtssicher und praktikabel gestalten und welche Informationspflichten mit der DSGVO einhergehen, erfahren Sie in diesem praxisnahen Web-Seminar.

LG: MA22-WEB-428
Termin: 08.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Dr. Frank Weller, Rechtsanwalt

■ Aufbau Datenschutz – Datenschutzbeauftragter

Datenmissbrauch und Datenklau – so lauten die Schlagworte in der öffentlichen Diskussion, wenn der Datenschutz versagt hat. Ein Thema auch für Vereine! Das Bundesdatenschutzgesetz schreibt vor, einen Datenschutzbeauftragten zu bestellen, wenn in der Regel mehr als 20 Personen ständig mit Datenverarbeitung beschäftigt sind. Zudem ist der verantwortungsvolle Umgang mit Daten ein Qualitätsmerkmal Ihrer Vereinsarbeit! Die wichtigsten Fragen rund um das Thema Datenschutz und damit das verbundene rechtliche Wissen im Verein werden anhand von Fallbeispielen in dieser Kurzschulung für aktuelle und zukünftige Datenschutzbeauftragte behandelt.

LG: MA22-WEB-429
Termin: 20.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Dr. Frank Weller, Rechtsanwalt

■ Finanzmanagement – Der Mitgliedsbeitrag im Verein

In den letzten Jahren wurden die Mindestmitgliedsbeiträge angehoben, die Vereine erheben müssen, um Zuschüsse zu erhalten. Dies ist ein Grund, sich mit den eigenen Vereinsbeiträgen zu befassen. Aber auch die zunehmende Knappheit finanzieller Ressourcen veranlasst große wie kleine Vereine nach zeitgemäßen Konzepten für eine dauerhafte Existenzsicherung im Verein zu suchen. Früher selbstverständliche Finanzierungsquellen wie Spenden und Sponsoring sprudeln nicht mehr wie gewohnt, damit nimmt der Mitgliedsbeitrag als zentrales Finanzierungsinstrument einen anderen Stellenwert ein. Unser Seminar soll Ihnen helfen, sich als „Produzent“ eines sportlichen Leistungsangebotes zu verstehen und Ihr Kostenbewusstsein zu verstärken. Wir zeigen Ihnen auf, wie Sie einen angemessenen Vereinsbeitrag ermitteln, welche Gestaltungsmöglichkeiten Sie haben und wie Sie die Anpassung Ihrer Mitgliedsbeiträge transparent und überzeugend argumentieren können.

LG: MA22-WEB-430
Termin: 20.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Dietmar Fischer, Dipl.-Wirtsch.-Ing.
Fischer Sportmanagement

■ Internetauftritt als Visitenkarte

Fast jeder Sportverein hat sie heute, die Homepage. Doch nicht jeder erkennt, dass die Homepage Aushängeschild und Visitenkarte des Vereins ist. Vom professionellen Vereinsauftritt bis zur lieblos gestalteten, mit veralteten Informationen versehenen Homepage gibt es in der Vereinslandschaft alles. Dabei ist die Homepage sowohl für die Mitglieder als auch für Interessenten eine wichtige Informationsquelle. Unser Seminar informiert Sie über einen sinnvollen Aufbau der Homepage, wie es Ihnen gelingt, interessante Inhalte zu kreieren und wie Sie damit ein positives Bild Ihres Vereins aufbauen können.

LG: MA22-WEB-431
Termin: 07.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

■ Social Media - Grundlagen

Digitale Medien sind aus dem Marketing nicht mehr wegzudenken – und auch Vereine können sie nutzen, um ihre interne und externe Kommunikation zu verbessern. Sie sind Einsteiger auf dem Gebiet Social Media und möchten diese Aufgabe in Ihrem Verein übernehmen? Oder nutzen Sie Social Media bislang nur privat? Wir verschaffen Ihnen einen kompakten Überblick. Dieser Basic-Workshop vermittelt Ihnen die Grundlagen der wichtigsten digitalen Kanäle wie Facebook, Instagram & Co. Sie lernen die wichtigsten Funktionen kennen und welchen Mehrwert Sie ihren Mitgliedern dadurch bieten können. Anhand von praxisnahen Beispielen erfahren Sie, wie Sie digitale Medien gewinnbringend für Ihre Vereinsarbeit einsetzen können.

LG: MA22-WEB-432
Termin: 03.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Stefan Rašić, Marketing Mittelrhein

■ Social Media – Datenanalyse

Likes, Follower, Reichweite – das sind die wichtigsten Kennzahlen auf Social Media-Plattformen. Jetzt hat der eigene Verein endlich eine Facebook oder Instagram Seite, doch wie kommt man nun zu mehr Reichweite? Aber was bedeutet „Reichweite“ eigentlich konkret im Social Media-Kosmos? Wo ist der Unterschied zu Kennzahlen wie Impressionen, Interaktionen und Reaktionen? Zahlen über Zahlen finden sich in den Auswertungstools der Kanäle wieder. Wenn man diese jedoch richtig zu lesen und anzuwenden weiß, kann man hieraus einen großen Mehrwert für den eigenen Kanal erzielen. Worauf es beim Zahlen-Jonglieren in Social Media ankommt, lernen Sie in diesem Workshop.

LG: MA22-WEB-433
Termin: 04.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Stefan Rašić, Marketing Mittelrhein

■ Social Media - Redaktionsplanung

Die einen posten ihr Mittagessen, andere reden über beruflichen Erfolg. Doch was soll der Verein nur posten? Wie bereite ich interessante Inhalte für Social Media perfekt auf? Und vor allem: Wie komme ich an diese Themen? Ein gutes Social Media Marketing beginnt immer mit einer sinnvollen Reaktionsplanung. In diesem Workshop lernen Sie mehr über die Themenrecherche, wie man Themen geeignet aufbereitet und wie man sie am besten plant und vorbereitet, um im Chaos der Millionen Social Media-Postings nicht unterzugehen. Das Beste daran: nach dem Workshop haben Sie bereits konkrete Ideen für Ihre Social Media-Aktivität.

LG: MA22-WEB-434
Termin: 16.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

■ Social Media – Visuelle und Textliche Gestaltung

Ein schneller Schnappschuss oder doch ein Meisterwerk? Wie funktioniert die richtige grafische und textliche Ansprache insbesondere auf den Social Media-Kanälen Instagram und Facebook? Bekanntlich isst ja das Auge mit, aber auch die Headline sollte sitzen. Wie gestaltet man also am besten Bilder und wie schreibt man gute Texte für Social Media? In diesem Workshop erfahren Sie, wie sie mit einfachen Instrumenten eine gute Grafik und somit ein professionelles Branding erzielen können. Von unserem Experten erhalten Sie aus erster Hand hilfreiche Tipps und Tricks für den „perfekten Post“.

LG: MA22-WEB-435
Termin: 04.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Stefan Rašić, Marketing Mittelrhein

■ Social Media – Community Management

Posten ist auf Social Media nur die halbe Miete. Social Media soll auch „social“ sein – und das bedeutet zu interagieren! Doch wie geht man mit den eigenen Fans und Follower am besten um? Muss man auf jeden Kommentar antworten? Und wie schnell sollte man reagieren? Um das Community Management auf Fa-

Gefördert vom Sportbund Rheinland

IntelliVerein

Online Vereinsverwaltung



Ihre Vorteile

- ab 0€ im ersten Jahr durch Förderung des Sportbund Rheinland*
- deutliche Zeitersparnis
- geschützter Online-Zugriff
- keine Installation notwendig
- integriertes Berechtigungskonzept
- Support und Updates kostenlos

Jetzt Zuschuss sichern unter www.intellionline.de/sbrangebot

* Weitere Informationen: www.intellionline.de/sbrangebot
Die Zuschussrichtlinien erhalten Sie beim Sportbund Rheinland e.V.

Entlasten Sie Ihre Ehrenamtlichen auch mit weiteren Online-Softwarelösungen für Vereine

IntelliWebs
Website einfach
selbst erstellen

IntelliEvent
Kurse online buchen
und verwalten

IntelliCourt
Plätze online buchen
und verwalten

Produkte aus dem Hause InterConnect GmbH & Co. KG · Am Fächerbad 3 · 76131 Karlsruhe · info@intellionline.de

cebook, Instagram und Co. gibt es viele Mythen und Halbwahrheiten. Wir räumen in diesem Workshop damit auf und geben Ihnen konkrete Handlungshilfen an die Hand, um die eigene Community zu moderieren und darüber hinaus für die eigenen Themen zu begeistern und so für sich zu nutzen. Denn am Ende gewinnt immer die gute Kommunikation.

LG: MA22-WEB-436
Termin: 18.07.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Benedikt Wolter, Marketing Mittelrhein

■ Öffentlichkeitsarbeit – Kontakt zur Presse

Die Pressearbeit ist ein wichtiger Teil der Öffentlichkeitsarbeit im Verein. Aber es ist nicht immer einfach, den Verein mit einem Artikel in der Presse zu platzieren, insbesondere, wenn es sich um eine überregionale Zeitung handelt. Hier gibt es einige Aspekte zu beachten, mit denen sich unser Seminar beschäftigt. Wie erstelle ich einen Presstext? Wie kann ich den Kontakt zur Redaktion ausbauen? Welche Nachricht ist für die Redaktion brauchbar? Erfahren Sie, was Sie beim Umgang mit der Zeitungsredaktion alles beachten sollten und dies aus erster Hand von einem Redaktionsmitglied der Zeitung.

LG: MA22-WEB-437
Termin: 05.07.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Mirko Blahak, Redakteur

■ Öffentlichkeitsarbeit – Printmedien richtig gestalten

Trotz des digitalen Zeitalters sind Printmedien in der Vereinswerbung unverzichtbar. Flyer, Broschüren, Vereinszeitschriften oder Plakate gehören zu den Standards der Öffentlichkeitsarbeit. Für einen erfolgreichen Einsatz sollten sie konzeptionell gut geplant und gestalterisch hochwertig produziert werden. In diesem Seminar werden die Grundlagen der Konzeption und Gestaltung von Drucksachen im Verein vermittelt. Von der Konzeption (Ziele und Zielgruppen, Corporate Design) über die Gestaltung (Formate, Farbe, Fläche, Bild, Typografie) bis zu Empfehlungen für den Druck (Papier, Druckvorbereitung, Druckereien) – hier werden die wichtigsten Aspekte eines ansprechenden Printprodukts vermittelt.

LG: MA22-WEB-438
Termin: 03.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referenten: Timo Tautges, Denise Ademes, Tautges Marketing

■ Versicherung – ARAG Sportversicherung Basics

Die Vereine im Sportbund Rheinland sind über den ARAG Sportversicherungsvertrag versichert. Diese speziell für den Sportbetrieb entwickelte Absicherung deckt die größten Risiken im Vereinsbetrieb ab. Das ist allgemein bekannt. Geht es ins Detail, sind sich auch langjährige Vereinsvertreter häufig in Versicherungsfragen unsicher. Was und wer ist denn nun im Rahmen der ARAG Sportversicherung genau versichert? Was muss ich tun, wenn ein Schadensfall eintritt? In diesem Grundlagenseminar bekommen Sie einen kompakten Überblick über die ARAG Sportversicherung und deren Leistungen für Ihren Verein.

LG: MA22-WEB-439
Termin: 09.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Jost Schäfer, ARAG Sportversicherung

■ Versicherung – Verwaltungsberufsgenossenschaft (VGB)

Die Verwaltungsberufsgenossenschaft ist die gesetzliche Unfallversicherung der Sportvereine. Doch die Themen rund um die VGB sind komplex. Zudem ist es in Sportvereinen nicht immer ganz einfach, die Grenzen zwischen unversicherten und versicherten Personen und Tätigkeiten zu ziehen. Dieses Seminar soll Ihnen daher einen allgemeinen Überblick darüber geben, was der gesetzliche Unfallversicherungsschutz für Sportvereine bedeutet. Was ist die gesetzliche Unfallversicherung? Was müssen Vereine beachten? Welche Leistungen gibt es? Wer ist versichert? Und welche Tätigkeiten sind versichert? Welche Vorteile haben wir von der VGB? Dabei richtet sich das Seminar nicht nur an Vereine, welche bezahlte Sportler und Sportlerinnen beschäftigen, sondern an alle Vereine mit versicherten Personen – vom Geschäftsstellenpersonal über Übungsleiter/innen bis hin zu Beteiligten aus dem Ehrenamt.

LG: MA22-WEB-440
Termin: 15.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Jost Schäfer, ARAG Sportversicherung

■ Versicherung – ARAG Unfall- und Haftpflichtversicherung

Die Unfall- und Haftpflichtversicherung gehören zu den wichtigsten Leistungen der ARAG Sportversicherung. Die Unfallversicherung bietet Versicherungsschutz gegen die Folgen körperlicher Unfälle, die sich während des Sportbetriebs oder anderer versicherter Veranstaltungen des Vereins ereignen können. Die Haftpflichtversicherung des Vereins greift immer dann, wenn Mitglieder oder auch Dritte einen Schadensersatzanspruch gegen den Verein geltend machen. Die beiden Versicherungen werden von vielen Vereinsvertretern gleichgesetzt bzw. nicht genau voneinander unterschieden. Was ist zu beachten, wenn ein Unfall passiert? Wer und was ist im Rahmen der jeweiligen Versicherung abgesichert? Wie ist der Verein abgesichert, wenn Schadensersatzansprüche an ihn gestellt werden? Anhand vieler Beispiele mitten aus dem Vereinsleben werden wir Ihnen in diesem Seminar zu mehr Klarheit bei der Abgrenzung und zu mehr Handlungssicherheit verhelfen.

LG: MA22-WEB-441
Termin: 08.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Jost Schäfer, ARAG Sportversicherung

■ Vermögensschadensversicherung/ D&O-Versicherung

Die Haftung der handelnden Personen ist eines der relevantesten Rechtsthemen des Vereins. Glücklicherweise enthält der ARAG Sportversicherungsvertrag Versicherungsleistungen die das Risiko minimieren. Die Vermögensschadenshaftpflichtversicherung schützt alle haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter, die im Auftrag des Vereins tätig sind. Sie leistet immer dann, wenn dem Verein oder auch Dritten ein Vermögensschaden durch fehlerhaftes Handeln der vom Verein beauftragten haupt- oder ehrenamtlichen Mitarbeiter entstanden ist. Seit Kurzem ist auch die D&O Versicherung Bestandteil des ARAG Sportversicherungsvertrages. Sie sichert das persönliche Haftungsrisiko der vertretungsberechtigten BGB Vorstände der Vereine ab, sofern an sie eine Schadensersatzforderung vom Verein oder auch von Dritten gestellt wird. Wie genau die Leistungen dieser beiden Versicherungen aussehen und wer jeweils versichert ist, das erfahren Sie im Detail in diesem Seminar.

LG: MA22-WEB-442
Termin: 28.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Jost Schäfer, ARAG Sportversicherung

■ Versicherung – ARAG – Sinnvolle Zusatzversicherungen

In Versicherungsfragen ist das Versicherungsbüro der ARAG im Haus des Sports der erste Ansprechpartner für Mitglieder. Generell sind alle Mitgliedsvereine des Sportbundes Rheinland über den ARAG Sportversicherungsvertrag versichert. Für einige Vereine lohnt sich auch eine Zusatzversicherung. Je nach Größe und Bedürfnissen der Vereine kann die ARAG Sportversicherung hier weiterhelfen und individuelle Angebote machen. Welche Zusatzversicherung Sie in welchem Schadensfall absichern kann und wann eine Zusatzversicherung zu empfehlen ist, darüber informiert Sie in diesem Web-Seminar die ARAG Sportversicherung.

LG: MA22-WEB-443
Termin: 23.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Jost Schäfer, ARAG Sportversicherung

■ Vereinssoftware IntelliVerein – online Lösungen für Vereine

Die Vereinssoftware IntelliVerein bietet Ihnen viele Möglichkeiten, Ihre Vereinsarbeit einfacher und effektiver zu gestalten. Ganz nach Bedarf bietet diese Software unterschiedliche Bausteine, wie die Mitgliederverwaltung, ein Buchführungsmodul, die Beitragsverwaltung sowie einen Websiteauftritt. Bei Bedarf können auch ein Online-Platzbuchungssystem bzw. Kursbuchungssystem integriert werden. Die Software ist online basierend und kann daher mittels Vergabe von Zugangsberechtigungen von vielen Mitarbeitern im Verein genutzt werden. Ein großes Plus, insbesondere wenn Aufgaben auf mehrere Schultern verteilt werden sollen. Unser Seminar stellt Ihnen die Software vor und informiert Sie über Kosten sowie technische Voraussetzungen.

LG: MA22-WEB-444
Termin: 15.02.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ IntelliVerein – Vereinsverwaltung und Ehrungen

LG: MA22-WEB-445
Termin: 29.03.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ IntelliVerein – Zugangsberechtigungen

LG: MA22-WEB-446
Termin: 19.05.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ IntelliVerein – Kurse, Gruppen und Gruppenleiter

LG: MA22-WEB-447
Termin: 27.06.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ IntelliVerein – Buchführung

LG: MA22-WEB-448
Termin: 11.07.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referenten: Ben Rudolph, InterConnect & Bettina Bur, Steuerberatung Bur

■ IntelliVerein – Beitragsverwaltung

LG: MA22-WEB-449
Termin: 11.10.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ IntelliVerein – integrierte Homepage

LG: MA22-WEB-450
Termin: 24.11.2022, 17 - 18.15 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referent: Ben Rudolph, InterConnect

■ Sterne des Sports: Belohnen Sie ihr Engagement

Die „Sterne des Sports“ zeichnen jährlich vielfältiges Engagement und Vereinsprojekte aus. Diese besonderen Leistungen werden auf Initiative der Sportbünde in Rheinland-Pfalz und den Volksbanken Raiffeisenbanken neben dem entsprechenden „Stern des Sports“ mit Geldprämien honoriert. Sollen auch über Ihrem Verein die „Sterne des Sports“ strahlen, Sie wissen aber nicht, wie eine Bewerbung erfolgreich auf den Weg gebracht werden soll? Wir zeigen Ihnen die wichtigsten Punkte zur Online-Bewerbung auf. Der Austausch unter den teilnehmenden Vereinen wird gefördert, sodass ein Lernen voneinander stattfindet. Am Ende wissen Sie, welche Projekte Sie einbringen können und worauf die Jurys besonders schauen.

LG: MA22-WEB-451
Termin: 05.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referenten: Dominik Sonntag, Landessportbund RLP

LG: MA22-WEB-452
Termin: 09.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Referenten: Pierre Anthonj, Sportbund Pfalz

■ Ideenwerkstatt: Veranstaltungen mal anders

Gesellige Veranstaltungen gehören zum festen Bestandteil des Vereinslebens. Jubiläumsfest, Sommerparty, Weihnachtsfeier, Saisonabschluss oder Tag der offenen Tür – die Liste der Festivitäten im Verein ist lang. Doch haben Sie nicht auch manchmal das Gefühl, dass die Feste jedes Jahr nach „Schema F“ ablaufen und austauschbar sind? Dass kreative Ideen fehlen und man deswegen in alten Mustern verharret? Wir bringen frischen Wind in Ihre Veranstaltungsplanung! Gemeinsam blicken wir über den Tellerrand hinaus. Wir werden gemeinsam originelle, effektvolle und vielleicht auch ein wenig „verrückte“ Möglichkeiten erörtern, die Ihre Vereinsveranstaltung aufwerten.

LG: MA22-WEB-453
Termin: 12.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Dominik Sonntag, Landessportbund RLP

■ Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit - Teil 1

Egal, ob Trainingsplan, Spielanleitung, Arbeitsauftrag, Moderation einer Team-Sitzung oder Tagesablauf für eine „Ferien am Ort“-Aktion, egal, ob die Zielgruppe kleine Kinder oder Jugendliche sind: Visualisierungen sind ein kreatives Werkzeug und unterstützen bei der Informationsvermittlung in der Jugendarbeit. Das Gehirn wird angeregt und die Merkfähigkeit der Kinder wird verbessert. In diesem Web-Seminar lernen die Teilnehmer die ersten „Striche“ der Visualisierung kennen und werden in kürzester Zeit zum „Künstler“. Einfache Zusammenhänge werden in Bilder gepackt. Nach diesem Web-Seminar werden die Teilnehmer im Besitz von einigen Vorlagen zum Thema Jugendarbeit sein.

LG: SJ22-WEB-384
Termin: 09.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Ralph Alt

■ Wir schauen hin – Keine Chance für sexualisierte Gewalt

Von A wie Ansprechpartner bis V wie Verhaltenskodex reichen die möglichen Maßnahmen zur Prävention sexualisierter Gewalt im Verein. Im Web-Seminar zum gleichnamigen Projekt der Sportorganisationen in Rheinland-Pfalz stellen wir mögliche Präventionsbausteine und deren Umsetzung im Verein vor. Musterbeispiele runden das Angebot ab. Auf dieser Basis können Vereinsvorstände und Ansprechpartner das Thema im Verein selbstständig angehen.

LG: SJ22-WEB-385
Termin: 16.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Susanne Weber, Sportjugend Rheinland

■ Gewaltprävention: Schutz der Kinder und Jugendlichen vor Übergriffen

Als Übungsleiter, Betreuer oder Vorstandsmitglied können Sie jederzeit damit konfrontiert werden, dass der Verdacht eines sexuellen Missbrauchs in Ihrem Verein besteht. Wo beginnt sexueller Missbrauch und wie verhält man sich richtig, wenn ein entsprechender Verdacht aufkommt? Anhand mehrerer praxisnaher Beispiele werden Grenzverletzungen verdeutlicht und Antworten gegeben, indem strafrechtliche wie auch zivilrechtliche Bestimmungen besprochen werden.

LG: SJ22-380
Termin: 09.03.2022, 18 - 21 Uhr
Ort: Koblenz
Dauer: 4 LE
Referent: Bernhard Busenkell-Röser

■ Durchführung außersportlicher Jugendveranstaltungen

Neben dem reinen Wettkampfbetrieb und der sportlichen Betätigung legen immer mehr Vereine und Gruppen Wert auf gemeinschaftliche Veranstaltungen (Ausflüge, Spielenachmittage, Jugendherbergsaufenthalte). Wie wird eine solche Veranstaltung Erfolg versprechend organisiert? Wie muss ich die Veranstaltung gestalten, dass sie für Kinder und Jugendliche interessant ist und sie zur Mitarbeit motiviert? Woran muss man alles denken und was muss man alles beachten? Der Lehrgang möchte Antworten und Hilfestellung geben.

LG: SJ22-WEB-386
Termin: 23.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Bernhard Busenkell-Röser

■ Klimawandel und Sport – Welche Gesundheitsgefahren gibt es?

Der Klimawandel stellt nicht nur die Menschheit ganz allgemein vor eine große Herausforderung, sondern betrifft uns als Sportler in der Zukunft ganz konkret. In diesem Web-Seminar werden die gesundheitsrelevanten Auswirkungen des Klimawandels für den Sport dargestellt. Sportler werden künftig mit deutlich mehr sommerlichen Hitzewellen, verstärkter UV-Strahlung, erhöhten Ozonbelastungen und so genannten Mini-Ozonlöchern konfrontiert sein. Hinzu kommen klimabedingte Gefahren durch extreme Wetterereignisse, neuartige Krankheitserreger und nach Deutschland einwandernde Zecken- und Stechmückenarten. Diese klimabedingten Gesundheitsrisiken betreffen neben den typischen Outdoor-Sportarten ebenso auch Indoor-Sportarten, beispielsweise bei Trainingseinheiten in überhitzten Hallen oder beim alternativen Training im Freien. Dieses Web-Seminar vermittelt Sportlern und Trainern sportspezifisches Grundwissen und Vorschläge für präventive Maßnahmen in Training und Verein.

LG: SJ22-WEB-387
Termin: 02.04.2022 von 10-13 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 4 LE
Referent: Prof. Dr. phil. Sven Schneider

■ Jugendordnung und Jugendvorstand – Kann Beteiligung so gelingen?

Der Jugend im Verein eine eigene Stimme geben und demokratische Prinzipien erlernen. Das sind zwei Ziele, die mit einer Jugendordnung verbunden werden. Doch was ist eine Jugendordnung überhaupt? Welche Dinge sollten darin geregelt sein? Und wann trägt eine Jugendordnung zur Partizipation von Kindern und Jugendlichen am Vereinsleben bei? In diesem Web-Seminar stellen wir Ihnen verschiedene Modelle einer Jugendordnung vor und erläutern, welche weiteren Bedingungen erfüllt sein müssen, damit eine Jugendordnung auch zur mehr Beteiligung der Jugend im Verein führt.

LG: SJ22-WEB-388
Termin: 26.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Ralph Alt

■ Crashkurs Jugendarbeit

Die heutige junge Generation ist das Zukunftspotential eines Vereins. Das mangelnde Interesse von Kindern und Jugendlichen an den Vereinsangeboten und an der Mitarbeit im Verein bereitet daher vielen Vereinsvertretern Kopfzerbrechen. Dieses Seminar bietet für Neueinsteiger und alle Interessierten Anregungen und Tipps, wie sie ihren Verein jugendattraktiv gestalten und beschäftigt sich mit den Fragen: Wie viel Eigenständigkeit der Jugend ist notwendig und welche Voraussetzungen müssen dafür geschaffen werden? Wo liegen die Interessen der Kinder und Jugendlichen und wie kann man am besten daran anknüpfen? Wie kann die Jugendarbeit finanziert werden und welche Zuschüsse gibt es?

LG: SJ22-381

Termin: 11.05.2022, 18 - 21 Uhr

Ort: Koblenz

Dauer: 2 LE

Referent: Ralph Alt

■ Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit – Teil 2

Dieses Web-Seminar richtet sich sowohl an die Teilnehmer des Teil 1, als auch an bereits erfahrene Visualisierungsbegeisterte. Wir werden die Strukturen und Aufgaben der überfachlichen Jugendarbeit in Wort und Bild (Sketchnotes) darstellen. Wir werden gemeinsam verbindliche Schritte zur Gestaltung der überfachlichen Jugendarbeit im Sportverein visualisiert auf den Weg bringen. Auch in diesem Seminar zeigt sich wieder, dass Visualisierungen als kreatives Werkzeug – zur Unterstützung der Informationsvermittlung in der Jugendarbeit – sehr hilfreich sind.

LG: SJ22-WEB-390

Termin: 18.05.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Dauer: 2 LE

Referent: Ralph Alt

■ Crashkurs Ansprechpartner Kinderschutz

Um Kinderschutz im Verein nachhaltig zu verankern und zur Umsetzung von Präventionsmaßnahmen gegen sexualisierte Gewalt ist es ratsam, Ansprechpartner für das Themenfeld im Verein zu benennen. Doch was ist eigentlich die Aufgabe von Ansprechpartnern? Welche Dinge sollten beachtet werden? Und wo können sich Ansprechpartner mit Fragen hinwenden? Diesen Fragen gehen wir im Rahmen des Seminars nach und geben Ansprechpartnern somit eine Orientierung für ihre Tätigkeit im Verein. Das Seminar richtet sich dabei sowohl an Ansprechpartner, Vorstandsmitglieder als auch Interessierte.

LG: SJ22-WEB-391

Termin: 22.06.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Dauer: 2 LE

Referentin: Susanne Weber, Sportjugend Rheinland

■ Visualisierung in der überfachlichen Jugendarbeit – Teil 3

Auch dieses Web-Seminar richtet sich sowohl an die Teilnehmer des Teil 1 und 2, als auch an bereits erfahrene Visualisierungsbegeisterte. Eine lesbare Schrift und ansprechende Gestaltung von Flipcharts und Plakaten ist gerade in der Jugendarbeit bedeutend. Inhalte sichtbar machen, Bild und Wort miteinander verbinden und Zusammenhänge veranschaulichen, hilft sowohl „Lehrenden“, als auch „Lernenden“. In diesem Web-Seminar erhalten Sie Tipps und Tricks zum Plakatl原因. Ansprechende Schrift, Figur- und Symbolzeichnungen und geeigneten Materialien sind hierbei wichtig. Für wen gestalte ich ein Plakat? - Zielgruppenorientierte Plakatgestaltung ist sinnvoll und macht jede Menge Spaß! Wie begeistere ich mich selbst und meine Gruppe, ein Plakat zu gestalten?

LG: SJ22-WEB-392

Termin: 28.06.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Dauer: 2 LE

Referent: Ralph Alt

■ Förderung internationale Jugendarbeit

Im Rahmen der Jugendpolitik fördert und unterstützt die Bundesregierung internationale Programme der Begegnung und Zusammenarbeit von Jugendlichen und Fachkräften der Kinder- und Jugendhilfe. Sie ermöglichen das Kennenlernen anderer Länder und Kulturen, den Abbau von Vorurteilen und eine kritische Reflexion des eigenen Standpunktes. In diesem Web-Seminar stellen wir die Förderprogramme der internationalen Jugendarbeit vor.

LG: SJ22-WEB-393

Termin: 19.09.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Dauer: 2LE

Referent: Steffen Grummt, Sportjugend RLP



Echt Gold wert.

VEREINE MACHEN MEHR ALS SPORT. VEREINE MACHEN GESELLSCHAFT.

Vereine sind **Mutmacher, Kraftspender, Unterstützer** und **zweite Heimat**. Mit ihrem gesellschaftlichen Engagement, das weit über den Sport hinausgeht, leisten Vereine einen wesentlichen Beitrag für die Qualität unserer Gesellschaft. Mit den „Sternen des Sports“ ehren wir dieses besondere Engagement.

Alles zum Wettbewerb und zur Online-Bewerbung unter:

www.sterne-des-sports.de

Oder direkt beim Sportbund Rheinland:

www.sportbund-rheinland.de

Eine Initiative von

 Volksbanken
Raiffeisenbanken

 DOSB

■ Zuschüsse in der Jugendarbeit

Eine Kinderfreizeit mit Übernachtung, mit der Jugend mehrere Tage unterwegs, eine Schulung für Betreuer, ein Spielfest oder gar eine Veranstaltung zur politischen Jugendbildung? Hierfür gibt es Zuschüsse vom Land Rheinland-Pfalz und von den Landkreisen bzw. kreisfreien Städten. Wir erklären, welche Zuschüsse es für die Jugendarbeit im Sportverein gibt und wie sie richtig beantragt werden.

LG: SJ22-WEB-389
Termin: 03.05.2022, 19 - 20.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Josef Daitche, Sportjugend Rheinland

LG: SJ22-WEB-394
Termin: 15.11.2022, 17 - 18.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referent: Josef Daitche, Sportjugend Rheinland

■ Selbstbewusstsein stärken – stark gegen Mobbing

Was kann der Sport zur Bildung des Selbstbewusstseins von Kindern und Jugendlichen beitragen? Wie kann man Kindern in spielerischer Form Selbstbewusstsein vermitteln? Wie können Kinder und Jugendliche geschützt werden? Welche Rolle spielt der Trainer im Sport? Inhalte der Fortbildung sind Mobbing, Bullying und Cybermobbing, präventive Maßnahmen in Theorie und Praxis sowie rechtliche Maßnahmen

LG: SJ22-382
Termin: 23.11.2022, 18 - 21 Uhr
Ort: Koblenz
Dauer: 4 LE
Referentinnen: Tamara Fox, Louisa Diesinger

■ Verhaltensregeln: Gelebter Kinderschutz im Verein

Verhaltenskodex und Verhaltensregeln sind zwei Präventionsmaßnahmen, die Vereine einsetzen können, um ihre Mitglieder vor sexualisierter Gewalt zu schützen. Was besagt der Verhaltenskodex? Warum sollte jeder Verein eigene Verhaltensregeln aufstellen? Wie entwickelt man solche Regeln im Verein? Und welche Dinge können in Verhaltensregeln aufgenommen werden? Im Seminar erfahren die Teilnehmer, wie im eigenen Verein Verhaltensregeln eingeführt werden können und was dabei zu beachten ist. Anhand von Praxisübungen wird eine erste Inhaltssammlung erstellt, welche als Basis für die Ausarbeitung im Verein dienen kann.

LG: SJ22-WEB-395
Termin: 28.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Dauer: 2 LE
Referentin: Susanne Weber, Sportjugend Rheinland

■ Erlebe den Sport – bewegtes Vereinsjubiläum

Wie mache ich mein Vereinsjubiläum zu einem „bewegten“ Fest für die ganze Familie? Bei diesem Workshop werden Spiele aus den letzten 70 Jahren, vom Bewegungsklassiker bis hin zum neuen Trendspiel, aufgezeigt. Zahlreiche Ideen werden hier vorgestellt. Spaß, Bewegung und Querdenken steht hier an erster Stelle.

LG: SJ22-383
Termin: 30.11.2022, 18 - 21 Uhr
Ort: Koblenz
Dauer: 4 LE
Referent: Ralph Alt

ANZEIGE

CGM ARENA

Wir sind wieder für Euch da!

CGM ARENA, Saar-Dauner-Str. 13, 56204 Siersdorf, T: 0261 91223, E: veranstaltung@cgm-arena.de





■ Info-Buffer für neue Vereine und neue Vorstandsmitglieder

Sie sind erst kürzlich Mitglied des Sportbundes Rheinland geworden oder haben eine Vorstandsfunktion übernommen? Dann laden wir Sie herzlich zu unserem Info-Buffer ein. In lockerer Runde „servieren“ wir Ihnen die Leistungen des Sportbundes Rheinland, zeigen Ihnen auf, wo und wie wir Sie in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit unterstützen können und was Sie in Ihrem Vorstandsamt beachten müssen.

Inhalte: Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten, Beratungs- und Serviceleistungen des Sportbundes Rheinland, Zuschussmöglichkeiten, Überblick zu Fragen des Vereinsmanagements wie Steuern, Finanzen, Haftung und Versicherung.

LG: MA22-501
Termin: 14.05.2022, 10 - 14 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: keine
Dauer: 5 LE
Referentinnen: Barbara Berg, Ines Cukjati, Sportbund Rheinland

■ Fachtagung: Update Steuern & Recht

Gesetzliche Änderungen und gerichtliche Entscheidungen sorgen für einen stetigen Wandel. Höchste Zeit also für ein Update in Sachen Steuern & Recht im Verein! Über entscheidende Neuerungen und aktuelle Entwicklungen informieren wir Sie im Rahmen dieser Fachtagung. Unser Steuerexperte Horst Lienig erläutert steuerrechtlich relevante Änderungen und die daraus resultierenden Folgen für Ihre Vereinspraxis. Im Anschluss wird Rechtsanwalt Stefan Schwarz einen Einblick in aktuelle Themen rund um das Vereinsrecht geben und Ihnen anhand praxisnaher Fälle zu mehr Rechtssicherheit verhelfen. Bringen Sie sich mit uns gemeinsam auf den letzten Stand!

LG: MA22-503
Termin: 02.04.2022, 10 - 14 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: keine
Dauer: 5 LE
Referenten: Horst Lienig, Steuerberater, Stefan Schwarz, Rechtsanwalt



Unser sportliches Energieangebot für Sie:

e.on

Mitgliedschaft zahlt sich aus

Profitieren auch Sie als Sportvereinsmitglied am Company & Friends-Programm von E.ON und Ihrem Sportbund Rheinland e.V.:

- Attraktive Strom- und Erdgastarife
- Strom aus 100 % Erneuerbaren Energien und klimaneutrales Erdgas
- Volle Preisgarantie und Neukundenbonus

Jetzt Angebot prüfen und Energievertrag abschließen: www.sportbund-rheinland.de
(Service/Marktplatz/Partner-Aktionen)

Das WIR bewegt mehr

in Kooperation mit

SPORTBUND
RHEINLAND 

■ Stammtisch für Großvereine

Großvereine werden stärker als kleinere Vereine von ihren Mitgliedern als Dienstleister angesehen. Mit unserem Stammtisch möchten wir den Vertretern der rheinländischen Großvereine eine Veranstaltung bieten, die sich mit deren speziellen Problemen beschäftigt. Gleichzeitig soll Ihnen diese Veranstaltung auch die Möglichkeit bieten, Kontakte zu knüpfen und im Rahmen eines Netzwerkes Erfahrungen auszutauschen.

■ Der Großverein nach Corona – ein Erfahrungsaustausch

Die Corona-Pandemie hat besonders bei Großsportvereinen Spuren hinterlassen. Der eingeschränkte Sportbetrieb hat teilweise zu einem deutlichen Mitgliederschwund geführt. Vor allem die fehlenden Neueintritte in den vergangenen Monaten entfalten nun langsam ihren negativen Effekt. Viele Vereine haben in den vergangenen Monaten vor großen Herausforderungen gestanden und ihren eigenen Weg aus der Corona-Krise finden müssen. Und einige waren dabei sogar sehr erfolgreich und konnten positive Entwicklungen durch die Corona-Pandemie anstoßen.

Den diesjährigen Stammtisch möchten wir nicht für einen Fachvortrag, sondern für einen gemeinsamen Erfahrungsaustausch nutzen. Wir möchten von Ihnen erfahren, wie es Ihrem Verein in der Pandemie ergangen ist und welche Herausforderungen Sie auf welche Weise gemeistert haben. Wie ist es Ihnen gelungen, Mitgliederverluste aufzufangen? Wie wurde die Kommunikation zwischen Mitgliedern, Mitarbeitern und anderen Akteuren aufrechterhalten? Wir freuen uns darauf, ganz im Sinne eines Stammtisches, mit Ihnen in Dialog zu treten und gegenseitig von unseren Erfahrungen zu profitieren.

LG:	MA22-504
Termin:	16.09.2022, 18 - 20 Uhr
Ort:	Koblenz
Gebühr:	keine
Dauer:	2 LE

■ Forum: Startschuss für SBR Peer-Group Coachings

Seit der Einführung im Jahr 2020 ist das Vereinsdashboard RLP in aller Munde. Die Plattform verknüpft die Ergebnisse zweier Vereinsbefragungen sowie weiterer relevante Daten und erstellt daraus individuelle Auswertungen für jeden Verein. Diese Analysen bilden eine hervorragende Grundlage für einen umfassenden Vereinsentwicklungsprozess, den wir im Jahr 2022 durch unterschiedliche Beratungsangebote begleiten möchten. Einige Vereine werden die Gelegenheit haben, an unseren sogenannten Peer-Group Coachings teilzunehmen. Was verbirgt sich hinter diesem Begriff?

Das Peer-Group Coaching besteht aus der regelmäßigen Zusammenkunft einer festen Gruppe von Vereinsvertretern, einem definierten Ablauf und der Anleitung durch eine Moderatorin. Während dieser Treffen werden konkrete Fälle und Fragestellungen aus der Vereinspraxis der Teilnehmer im Detail und in die Tiefe gemeinsam und lösungsorientiert durchgearbeitet. Wie der genaue Ablauf ist und welche große Chance für Ihre Vereinsentwicklung sich daraus ergibt, darüber möchten wir Sie in diesem Forum informieren.

LG:	MA22-502
Termin:	11.02.2022, 18 - 20 Uhr
Ort:	Koblenz
Gebühr:	keine
Dauer:	2 LE
Referenten:	Andrea Kron, kronkonsult

■ Forum: Strategiemuffel Sportverein – Handeln Vereine zu kurzichtig?

Studien, Analysen und Experten betonen immer wieder: die strategische Ausrichtung ist ein besonders wichtiger Faktor für die erfolgreiche Entwicklung eines Sportvereins. Gleichzeitig erlebt man in der Vereinspraxis erschreckend selten Vereine, die langfristig planen, sich nicht nur auf das operative Tagesgeschäft beschränken, ein Leitbild definiert haben oder sogar einen ganzheitlichen Ansatz verfolgen. Bei „Strategie im Verein“ heißt es also: Fehlanzeige. Diesem vermeintlichen Widerspruch zwischen Notwendigkeit und gelebter Vereinspraxis möchten wir in diesem Forum auf den Grund gehen. Woran liegt es, dass Vereine nicht strategisch agieren? Wollen oder können sie nicht? Besteht eventuell gar keine Notwendigkeit dazu? Welche Auswirkungen hat die strategische Schwäche der Sportvereine z.B. auf Verbände? Leidet langfristig durch die fehlende Innovationskraft auch die Attraktivität für das Engagement im organisierten Sport? Gemeinsam mit Prof. Lutz Thieme und anderen Vertretern des organisierten Sports werden wir über diese und andere spannende Fragen diskutieren.

LG:	MA22-505
Termin:	04.11.2022, 18 - 20 Uhr
Ort:	Koblenz
Gebühr:	keine
Dauer:	2 LE
Referent:	Prof. Dr. Lutz Thieme, Hochschule Koblenz



■ Ihre Ansprechpartner für die Sportpraxis

Matthias Poeppel

Abteilungsleiter Bildung Sportpraxis, Breitensport
Tel.: (0261) 135-102
Matthias.Poeppel@Sportbund-Rheinland.de

Christine Brück

Anmeldungen und Lizenzwesen
Tel.: (0261) 135-106
Christine.Brueck@Sportbund-Rheinland.de

Annette Kraft

Ausbildungen Profil Erwachsene / Ältere
Tel.: (0261) 135-107
Annette.Kraft@Sportbund-Rheinland.de

Sabine Urbatzka

Aus- und Fortbildungen Profil Erwachsene / Ältere
Tel.: (0261) 135-116
Sabine.Urbatzka@Sportbund-Rheinland.de

Benno Müller

Aus- und Fortbildungen Profil Erwachsene / Ältere
Tel.: (0261) 135-129
Benno.Mueller@Sportbund-Rheinland.de

Josef Daitche

Aus- und Fortbildungen Profil Kinder / Jugendliche
Tel.: (0261) 135-104
Josef.Daitche@Sportjugend-Rheinland.de

Carina Meurer

Aus- und Fortbildungen Ferienbetreuung
Tel.: (0261) 135-263
Carina.Meurer@Sportjugend-Rheinland.de

Alexander Smirnow

Aus- und Fortbildungen Deutsches Sportabzeichen
Tel.: (0261) 135-115
Alexander.Smirnow@Sportbund-Rheinland.de

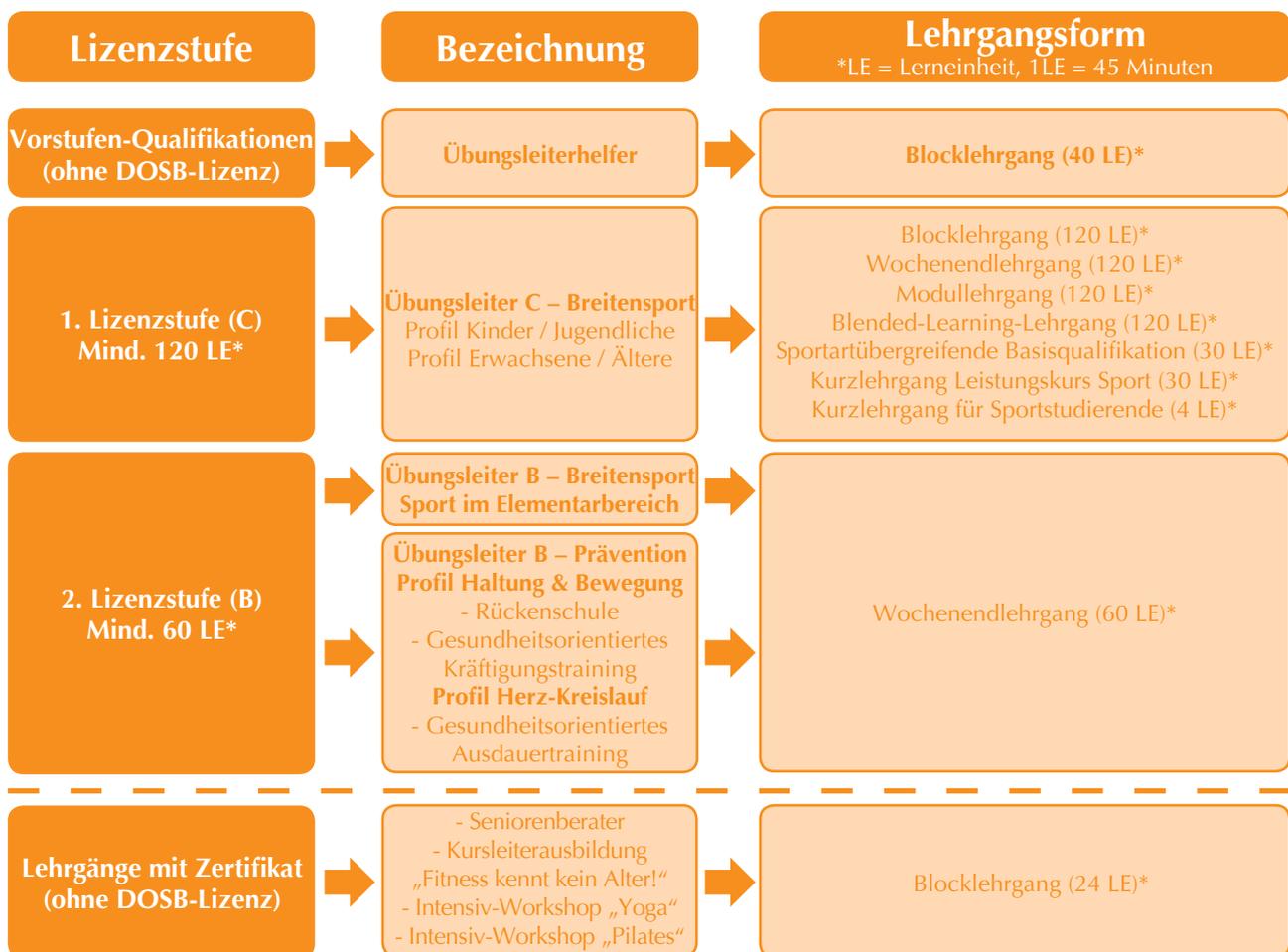
■ Verlängerung der Übungsleiter-Lizenzen

Die Verlängerung einer Lizenz um weitere vier Jahre setzt die Teilnahme an anerkannten Fortbildungsveranstaltungen innerhalb des Gültigkeitszeitraumes der Lizenz voraus. Die Zahl der erforderlichen Lerneinheiten muss insgesamt mindestens 15 betragen. Alle Veranstaltungen aus dem Bereich „Fortbildung Sportpraxis“ werden zur Verlängerung der Übungsleiter C-Lizenz „Breitensport“ des Sportbundes Rheinland und der Sportjugend Rheinland anerkannt. Veranstaltungen, die zur Verlängerung der B-Lizenz anerkannt werden, sind mit einem entsprechenden Lizenzhinweis ausgewiesen. Bei den Sonderveranstaltungen und Web-Seminaren beachten Sie bitte ebenfalls den Lizenzhinweis. Es können jedoch auch Fort- und Wei-

terbildungsveranstaltungen von anderen anerkannten Ausbildungsorganisationen des DOSB bei der Verlängerung berücksichtigt werden. Bei Fachverbandslizenzen gelten andere Regelungen. Bitte setzen Sie sich mit dem Verband in Verbindung, bei welchem Sie die Lizenz erworben haben.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.Sportbund-Rheinland.de unter der Rubrik Lizenzen.

■ Ausbildungsstruktur Sportpraxis



■ Terminübersicht Sportpraxis

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
AUSBILDUNGEN SPORTPRAXIS				
12.02. - 13.02.2022	Basismodul für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
19.02. - 20.02.2022	Aufbaumodul „Bewegen“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
19.02. - 22.02.2022	Übungsleiterhelfer-Ausbildung	Mayen	Blocklehrgang	61
05.03. - 06.03.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
19.03. - 20.03.2022	Aufbaumodul „Fitness“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
20.03. - 20.03.2022	Erste Hilfe-Ausbildung	Koblenz	Tagesseminar	61
23.03. - 25.03.2022	Intensiv-Workshop „Yoga“	Koblenz	Zertifikatslehrgang; 27 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	67
02.04. - 03.04.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
02.04. - 22.05.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Kinder / Jugendliche	Koblenz	Wochenendlehrgang	62
09.04. - 10.04.2022	Aufbaumodul „Spielen“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
09.04. - 09.04.2022	Erste Hilfe-Ausbildung	Koblenz	Tagesseminar	61
13.04. - 21.05.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Erwachsene / Ältere	Montabaur	Blocklehrgang	62
21.04. - 24.04.2022	Übungsleiterhelfer-Ausbildung	Hermeskeil	Blocklehrgang	61
30.04. - 01.05.2022	Aufbaumodul „Trainieren“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
30.04. - 26.06.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Kinder / Jugendliche	Bad Sobernheim	Wochenendlehrgang	62
14.05. - 15.05.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
14.05. - 15.05.2022	Aufbaumodul „Unterrichten – Recht – Ernährung“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
28.05. - 29.05.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
11.06. - 12.06.2022	Aufbaumodul „Bewegen“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
13.06. / 20.06.2022	ÜL-C-Lizenz - Kurzlehrgang für Sportstudierende	Online	Web-Seminar	64
15.06. - 17.06.2022	Seniorenberater	Koblenz	Zertifikatslehrgang; 24 LE für C-Lizenz Breitensport	66
16.06. - 19.06.2022	Übungsleiterhelfer-Ausbildung	Bad Marienberg	Blocklehrgang	61
25.06. - 25.06.2022	Lernerfolgskontrolle für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
16.07. - 17.07.2022	Basismodul für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
16.07. - 16.07.2022	Erste Hilfe-Ausbildung	Bad Sobernheim	Tagesseminar	61
16.07. - 16.07.2022	Erste Hilfe-Ausbildung	Schweich	Tagesseminar	61
03.09. - 04.09.2022	Aufbaumodul „Unterrichten – Recht – Ernährung“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
09.09. - 11.09.2022	Kursleiterausbildung „Fitness kennt kein Alter!“	Koblenz	Zertifikatslehrgang; 24 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	66
10.09. - 11.09.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
10.09. - 10.12.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Erwachsene / Ältere	Koblenz	Blended Learning-Lehrgang	62
10.09. - 06.11.2022	ÜL-B-Lizenz, Prävention – Gesundheitsorientiertes Kräftigungstraining	Montabaur	Wochenendlehrgang	66
10.09. - 11.12.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Kinder / Jugendliche	Schweich	Blended Learning-Lehrgang	62
17.09. - 03.12.2022	ÜL-B-Lizenz, Prävention - Rückenschule	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
24.09. - 24.09.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
24.09. - 25.09.2022	Aufbaumodul „Fitness“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
26.09. / 10.10.2022	ÜL-C-Lizenz - Kurzlehrgang für Sportstudierende	Online	Web-Seminar	64
01.10. - 19.11.2022	ÜL-C-Lizenz, Profil Erwachsene / Ältere	Simmern/ Hunsrück	Blocklehrgang	62
08.10. - 09.10.2022	Aufbaumodul „Spielen“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
15.10. - 18.10.2022	Übungsleiterhelfer-Ausbildung	Bad Neuenahr- Ahrweiler	Blocklehrgang	61
12.11. - 13.11.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
12.11. - 13.11.2022	Aufbaumodul „Trainieren“ für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	63
19.11. - 20.11.2022	Neigungsmodul „Profil Kinder / Jugendliche für ÜL-C-Lizenz“	Koblenz	Modullehrgang	64
26.11. - 27.11.2022	Sportartübergreifende Basisqualifizierung	Koblenz	Wochenendlehrgang	65
03.12. - 03.12.2022	Lernerfolgskontrolle für ÜL-C-Lizenz	Koblenz	Modullehrgang	64
07.12. - 09.12.2022	Intensiv-Workshop „Pilates“	Koblenz	Zertifikatslehrgang; 27 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	67
In Absprache	ÜL-C-Lizenz - Schüler mit Leistungskurs Sport	Am Schulstandort	In Absprache mit der Schule	64
FERIENBETREUUNG				
22.01. - 23.01.2022	Betreuer für Freizeiten und Ferienaktionen - Modul 1	Koblenz	Modulausbildung	68
12.02. - 13.02.2022	Betreuer für Freizeiten und Ferienaktionen - Modul 2	Koblenz	Modulausbildung	68
07.03.2022	Ferien am Ort: Bewegung erleben	Online	keine	69
26.03.2022	Ferien am Ort: Spiel-Räume erleben	Dreis	keine	69
09.04.2022	Das Highlight „Show“	Brohltal Weibern	8 LE für Betreuerzertifikat	69
10.04.2022	Freizeit Allrounder	Brohltal Weibern	8 LE für Betreuerzertifikat	71
30.04.2022	Ferien am Ort: Leistung erleben	Rheinböllen	keine	71
07.05.2022	Ferien am Ort: Meinen Körper erleben	Montabaur	keine	71
13.05. - 15.05.2022	Betreuer für Freizeiten und Ferienaktionen - Modul 3	Brohltal Weibern	Modulausbildung	68
01.10.2022	Der Freizeitkoch	Brohltal Weibern	8 LE für Betreuerzertifikat	71
FORTBILDUNGEN – PROFIL KINDER / JUGENDLICHE				
15.01.2022	Mentaltraining für Stärke und Zielerreichung im Jugendsport	Online		72
19.01.2022	Faszien-Yoga für Kinder und Jugendliche	Online	2 LE für B-Lizenz Elementarbereich	72
29.01.2022	Insidertipps von Übungsleitern an Übungsleiter	Koblenz	5 LE für B-Lizenz Elementarbereich	72
29.01.2022	Kinder brauchen einen starken Rücken	Online	4 LE für C-Lizenz Breitensport	73
05.02.2022	Kreative Stationen für Bewegungslandschaften	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport, B-Lizenz Elementarbereich & Betreuerzertifikat	73
05.02.2022	Spiel und Sport für die Kleinsten	Dreis	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	73
12.02.2022	Rollbrettfahren in der Turnhalle – mit Fun und Sicherheit	Koblenz	5 LE für C-Lizenz Breitensport, B-Lizenz Elementarbereich & B-Lizenz Primarbereich	73
19.02.2022	Insidertipps von Übungsleitern an Übungsleiter	Koblenz	5 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Primarbereich	73
01.03.2022	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson für Kinder	Online		74
07.03.2022	Online-Training motivierend gestalten	Online		74
12.03.2022	Facettenreich wie ein Regenbogen – Begeisterung für Sport und Vielfalt	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	74
16.03.2022	Yoga für Kinder und Jugendliche	Online		74
19.03.2022	Kreativer Kindertanz für Kinder von 4 bis 9 Jahren	Online	4 LE für C-Lizenz Breitensport	74
26.03.2022	Mentale Stärke und Bewusstsein	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	75
26.03.2022	Spaß und Intensität auch bei Spielen mit Abstand	Wittlich	8 LE für C-Lizenz Breitensport	75
02.04.2022	Ungewöhnliche Materialien zum Spielen, Bewegen und Trainieren	Linz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	75
09.04.2022	Taping und seine alternativen Möglichkeiten	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	75
30.04.2022	Fitness für Ballsportler	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	75
30.04.2022	Trendsportarten in den Vereinssport und auf Ferienfreizeiten integrieren	Raubach	8 LE für C-Lizenz Breitensport & Betreuerzertifikat	76

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
07.05.2022	Richtig fit im inklusiven Kinder- und Jugendsport	Gebhardshain	8 LE für C-Lizenz Breitensport	76
14.05.2022	Ballspiele für Kinder ab 6 Jahren	Koblenz	8 LE für C-Lizen Breitensport & B-Lizenz Primarbereich	76
14.05.2022	Wahrnehmungsschulung für Kinder von 2 bis 4 Jahre	Gehlert	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	76
21.05.2022	Entspannung, Koordination, Konzentration, Kraft im Kindersport	Online	4 LE für C-Lizenz Breitensport	76
21.05.2022	Taiji4Fun-Kids aktiv entspannt	Bad Sobernheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	78
11.06.2022	Spiele und Bewegungsangebote im Freien	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport, B-Lizenz Abenteuer- und Erlebnissport, Betreuerzertifikat	78
15.06.2022	Faszien-Yoga für Kinder und Jugendliche	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	78
25.06.2022	Entspannung, Koordination, Konzentration, Kraft im Kindersport	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	78
02.07.2022	Let's Dance - Tanzkombinationen und Choreographie für Kinder	Gehlert	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Primarbereich	79
02.07.2022	Laufen, Springen, Werfen – Hinführung zum Sportabzeichen	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	79
09.07.2022	Soziales Lernen mit Kleinen Spielen	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & Betreuerzertifikat	79
09.07.2022	Yoga für Kinder von 4 bis 10 Jahren	Konz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich, Primarbereich	79
16.07.2022	Fitness in der Natur	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	80
11.09.2022	Familienabenteuer	Weibern	25 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Abenteuer- und Erlebnissport	80
14.09.2022	Yoga für Kinder und Jugendliche	Online		80
17.09.2022	Kleinkindersportgruppen	Raubach	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	80
17.09.2022	Elemente des Tanzens - Abwechslung in der Kindersportstunde	Gebhardshain	8 LE für C-Lizenz Breitensport	80
24.09.2022	Kinder lernen Krafttraining	Mayen	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	80
24.09.2022	Musik in deinen Ohren? Bewegungsförderung mit Musik	Bad Sobernheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport & Betreuerzertifikat	81
08.10.2022	Neue und spannende Spiele für den Kinder- und Jugendsport	Idar-Oberstein	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Primarbereich	81
08.10.2022	Ideenkiste Eltern-Kind-Sport	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	81
15.10.2022	Entspannungstechniken für Kinder	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	81
05.11.2022	Wir werden wieder fit!	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich, Primarbereich	82
05.11.2022	Spiele und Übungen mit dem Schwerpunkt Schnelligkeit	Mayen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	82
12.11.2022	Integrative Ballspielvermittlung	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	82
12.11.2022	Kleine Spiele für Überall	Altenkirchen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	82
19.11.2022	Bewegtes Lernen für Kinder	Linz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	83
19.11.2022	Selbstbewusstsein stärkende Spiele	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	83
19.11.2022	Intensives Training im Kinder- und Jugendsport	Bad Sobernheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	83
21.11.2022	Neurozentriertes Training für Kinder und Jugendliche	Online		83
26.11.2022	Kindersport leicht gemacht	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	83
26.11.2022	Kreative Stationen für Bewegungslandschaften	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich	85
26.11.2022	Warm-up und Koordinationstraining	Idar-Oberstein	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	85

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
03.12.2022	Kindgerechtes Tai Chi und Qi Gong	Online	4 LE für C-Lizenz Breitensport	85
03.12.2022	Kondition und Koordination im Jugendsport	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	85
03.12.2022	Neue Ideen für den Abenteuersport in der Halle	Kirchberg	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Abenteuer- und Erlebnissport	85
10.12.2022	Spiele zur Verbesserung koordinativer Fähigkeiten	Montabaur	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Elementarbereich, Primarbereich	86
10.12.2022	Übungen und Spiele mit dem Schwerpunkt Koordination	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	86
13.12.2022	Erfolg mit Mineralstoffen im Kinder- und Jugendsport	Online		86
FORTBILDUNGEN – PROFIL ERWACHSENE / ÄLTERE				
08.01.2022	Ernähren und Trinken im Sport	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	87
14.01.2022	Fit und Gesund im Büro	Koblenz	4 LE für C-Lizenz Breitensport	87
15.01.2022	Psychologie in der Trainingsführung	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	87
29.01.2022	Neuroathletik-/Performance – Einblicke in das neurozentrierte Training	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	88
29.01.2022	Prävention statt Reha	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	88
05.02.2022	Fit ins Frühjahr mit Yoga	Online	3 LE für C-Lizenz Breitensport	88
17.02.2022	Hula Hoop	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	88



01.06.2022 Mehr Verein im Sport
#TrikotTag

Macht mit und zeigt ganz Rheinland-Pfalz Euren Verein – postet am 01. Juni ein Foto von Euch in Eurem Trikot oder Vereinsshirt und gewinnt tolle Preise!

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
19.02.2022	Mentale Stärke durch Yoga	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	89
19.02.2022	Koordinationstraining neu interpretiert	Simmern/ Hunsrück	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	88
19.02.2022	Nachhaltiges Konfliktmanagement	Online	3 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	88
20.02.2022	Gedächtnistraining mit Finger Fit	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	89
26.02.2022	Workshop Functional Training	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	89
26.02. - 27.02.2022	Iyengar-Yoga	Nastätten	15 LE für C-Lizenz Breitensport	89
26.02. - 27.02.2022	Biomechanik und Training der Wirbelsäule	Koblenz	15 LE für ÜL C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	89
03.03.2022	Trinken im Sport	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	89
12.03. - 13.03.2022	Aikido für Interessierte	Neuwied	15 LE für C-Lizenz Breitensport	91
12.03. - 13.03.2022	Biomechanik und Training der Schulter	Koblenz	15 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	91
12.03.2022	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	91
19.03.2022	Funktionelles Krafttraining für Senioren	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	91
19.03.2022	Laufseminar mit Videoanalyse	Stockum- Püschchen	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	92
19.03.2022	Kraftausdauer 50 Plus	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	92
19.03.2022	Mit Yoga durch den Tag	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	91
26.03.2022	Pilates für Fortgeschrittene	Bad Sobernheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport	92
26.03.2022	Körperwahrnehmung	Stockum-Pü- schen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	92
31.03.2022	Hula Hoop	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	92
02.04.2022	Detox-Pilates	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	93
03.04.2022	Kopf & Körper – neue Koordinationsübungen	Simmern/ Hunsrück	8 LE für C-Lizenz Breitensport	93
03.04.2022	Zirkeltraining 2.0	Gehlert	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	93
08.04.2022	Kampfkunstbasierende Stress- und Konfliktbewältigung	Koblenz	4 LE für C-Lizenz Breitensport	93
09.04.2022	Die Natur – Dein Helfer!	Wolken	8 LE für C-Lizenz Breitensport	93
09.04.2022	Mobility Training	Montabaur	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	94
09.04. - 10.04.2022	Bodyweight-, Faszien- und Beweglichkeitstraining	Koblenz	15 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	92
21.04.2022	Einführung in neurozentriertes Training	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	94
23.04.2022	Basisch Fit - Gesund durchs Jahr	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	94
30.04.2022	Kommunikationstraining in hohen Belastungssituationen	Koblenz	6 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	94
07.05.2022	Musik bewegt Körper, Geist und Seele	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	94
07.05.2022	Yoga für Ältere, Modul 1	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	94
07.05.2022	Training in der Rush Hour des Lebens	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	96
07.05.2022	Yoga Walking	Stahlhofen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	96
07.05.2022	Athletiktraining als Leistungsreserve	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	96
12.05.2022	Fit und entspannt in den Feierabend	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	96
14.05.2022	MTB Fahrtechnikseminar	Boppard	8 LE für C-Lizenz Breitensport	96
14.05.2022	Denk- und Bewegungsspaziergänge	Simmern/Huns- rück	8 LE für C-Lizenz Breitensport	97
14.05.2022	Die Wirbelsäule, mobil, stabil oder beides?	Montabaur	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	97
14.05.2022	Fitnessbalance – altersgerechtes Training	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	96

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
16.05.2022	Gesunde Ernährung	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	97
21.05.2022	Mentaltraining für Sportler	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	97
21.05.2022	Yoga auf dem Stuhl	Adenau	8 LE für C-Lizenz Breitensport	97
22.05.2022	Entspannung mit Mehr (Nähr) Wert	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	97
22.05.2022	Kinesiotape im Breitensport	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	98
04.06.2022	Langhanteltraining für alle Sportarten	Bassenheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	98
11.06.2022	Hawaiianische Massage – KAHI LOA	Burgen/Mosel	8 LE für C-Lizenz Breitensport	98
11.06.2022	Neuro Nutriion – Ernährung ist Kopfsache	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	98
11.06.2022	Schmerzfrei durchs Leben	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	99
11.06.2022	Das ONE-Prinzip	Montabaur	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	98
13.06.2022	Flow-Yoga	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	99
18.06.2022	Trainiere Dein Bodysuit - Faszientraining	Wolken	8 LE für C-Lizenz Breitensport	99
19.06.2022	Biomechanik und Training der Halswirbelsäule	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	99
25.06.2022	Workshop Functional Training	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	99
25.06.2022	Aktive Pause im Homeoffice mit Yoga	Online	3 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	99
26.06.2022	Intensivkurs Lenden-, Brust- und Halswirbelsäule	Stockum-Püschchen	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	100
09.07.2022	Sport- und Bewegungsangebote zur Demenzprävention	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	100
16.07.2022	Bewegungsangebote mit dem Rollator	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	100
16.07.2022	Training nach Schulterverletzungen	Montabaur	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	100
23.07.2022	Stress lass nach	Koblenz	4 LE für C-Lizenz Breitensport	100
03.09.2022	Neuroathletik/Performance – Einblicke in das neurozentrierte Training	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	101
04.09.2022	Senioren und Selbstverteidigung	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	101
08.09.2022	Nahrungsergänzungsmittel und Supplemente für Sportler	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	101
10.09.2022	Netzwerktreffen der Seniorenberater	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	101
10.09.2022	Rein in die Natur – Outdoorfitness	Wolken	8 LE für C-Lizenz Breitensport	101
10.09.2022	Körperwahrnehmung in der 2. Lebenshälfte	Daun	8 LE für C-Lizenz Breitensport	101
16.09.2022	Kampfkunstbasierende Achtsamkeitsübungen	Koblenz	4 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	102
17.09.2022	Complete Workout	Wissen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	102
17.09.2022	Mentaltraining für Trainer	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	103
17.09.2022	Yoga für die Frauengesundheit	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	102
24.09.2022	Selbstverteidigung für Frauen	Daun	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	91
24.09.2022	Koordinationstraining – Mehr Sicherheit im Alltag	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	103
24.09.2022	Der Sonnengruß im Yoga	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	103
24.09.2022	Von Kopf bis Fuß	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	103
02.10.2022	Faszien Pilates	Lieser	8 LE für C-Lizenz Breitensport	103
05.10.2022	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	103
08.10.2022	Klangschalenentspannung für Ältere	Maring-Noviant	10 LE für C-Lizenz Breitensport	93
08.10.2022	MTB Fahrtechnikseminar	Boppard	8 LE für C-Lizenz Breitensport	104

Termin	Lehrgang	Ort	Hinweis	Seite
08.10.2022	Yoga für Ältere, Modul 2	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	104
08.10.2022	Balance und Entspannung mit Pilates	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	104
15.10.2022	Musik bewegt Körper, Geist und Seele	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	104
15.10.2022	Säure-Basen-Haushalt	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	105
15.10.2022	Training in der Rush Hour des Lebens	Daun	8 LE für C-Lizenz Breitensport	104
15.10.2022	Rückenfitness im Alltag	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	105
15.10.2022	Verletzungsmanagement im Sportverein	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	104
15.10.2022	Koordinationstraining neu interpretiert	Bad Sobernheim	8 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	105
29.10.2022	Sturzprävention – fit und mobil im Alter	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	105
29.10.2022	Fitness- und Wellnessstag für Jedermann	Trier	6 LE für C-Lizenz Breitensport	105
04.11.2022	Kleine Einführung in die ZEN-Meditation	Koblenz	4 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	106
05.11.2022	Sport- und Bewegungsangebote zur Demenzprävention	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	106
05.11.2022	Pilates und Yoga	Idar-Oberstein	8 LE für C-Lizenz Breitensport	106
05.11.2022	Bauch-Beine-Po Classics	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	106
05.11. - 06.11.2022	Aikido für Interessierte	Neuwied	15 LE für C-Lizenz Breitensport	106
07.11.2022	Die Verdauung der Nahrungsmittel	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	106
12.11.2022	Klangschalenentspannung	Trier	8 LE für C-Lizenz Breitensport	107
17.11.2022	Einführung in neurozentriertes Training	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	107
19.11.2022	Ausdauertraining Bauch-Beine-Po	Gehlert	8 LE für C-Lizenz Breitensport	107
19.11. - 20.11.2022	Einführung ins Schlingen- und Faszientraining	Montabaur	15 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	107
19.11.2022	Fit durch Herbst und Winter mit Yoga	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	107
26.11.2022	Denken und Bewegen	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	108
26.11.2022	Rücken Fit	Stockum-Püschchen	8 LE für C-Lizenz Breitensport	108
03.12.2022	„Bleib am Ball“ – Ballsportangebote für Ältere	Koblenz	5 LE für C-Lizenz Breitensport	108
03.12.2022	Jumping Fitness	Waldbrunn	8 LE für C-Lizenz Breitensport	108
03.12.2022	Selbstverteidigung für Frauen	Trier	10 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	108
04.12.2022	Atem ist Leben - Atemgymnastik und -schulung	Gehlert	8 LE für C-Lizenz Breitensport	108
07.12.2022	Stress Adé mit Autogenem Training	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	109
10.12.2022	In der Sprache liegt die Kraft	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	109
17.12. - 18.12.2022	Biomechanik und Training der unteren Extremität	Koblenz	15 LE für C-Lizenz Breitensport & B-Lizenz Prävention	109
DEUTSCHES SPORTABZEICHEN				
12.03. - 13.03.2022	Ausbildung zum Sportabzeichen-Prüfer	Koblenz	8 LE für C-Lizenz Breitensport	112
05.03.2022	Ausbildung zum Sportabzeichen-Prüfer mit Zusatz „Menschen mit Behinderung“	Birkenfeld	15 LE für C-Lizenz Breitensport	112
19.03.2022	Leichtathletik/Radsport - Basics für die DSA-Abnahme	Bitburg	6 LE für C-Lizenz Breitensport	112
07.04.2022	Sportabzeichen als Sportangebot	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	113
10.11.2022	Sportabzeichen online einreichen mit SBR-LOKAL.de	Online	2 LE für C-Lizenz Breitensport	113



■ Ausbildung in Erster Hilfe

Um die Lizenz zu erwerben, muss eine Erste Hilfe-Ausbildung mit neun Stunden, welche nicht älter als zwei Jahre ist, nachgewiesen werden. Da nicht alle Teilnehmer zu Beginn der Ausbildung einen Erste-Hilfe-Lehrgang nachweisen können, bietet die Sportjugend Rheinland, in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz, extra für die Teilnehmer der Übungsleiter-C-Ausbildung, der DOSB Jugendleiter-Lizenz-Ausbildung und der Betreuerausbildung eine Ausbildung in Erster Hilfe an.

Gebühr & Dauer: Gebührenfrei; 9 LE

LG: SJ22-305
Termin: 20.03.2022
Ort: Koblenz

LG: SJ22-306
Termin: 16.07.2022
Ort: Koblenz

LG: SJ22-307
Termin: 09.04.2022
Ort: Bad Sobernheim

LG: SJ22-308
Termin: 16.07.2022
Ort: Schweich

■ Übungsleiterhelfer-Ausbildung

Vier Tage zusammen leben und lernen, Sport treiben und dabei Angebote aus der sportlichen und außersportlichen Jugendarbeit kennenlernen: Spiele für Gruppen, verschiedene Sportangebote, Aufbau einer Übungsstunde, Planung und Umsetzung eines kleinen Projekts vor Ort. Wie können Jugendliche im Verein mitmischen, Ideen einbringen und umsetzen? Was ist wichtig zu wissen, wenn man als Helfer in Gruppen tätig ist?

Zielgruppe: 13- bis 15-Jährige
Gebühr & Dauer: 50 Euro inkl. Übernachtung und Verpflegung; 40 LE

Blocklehrgang – Mayen

LG: SJ22-309
Termin: 19. - 22.02.2022

Blocklehrgang – Hermeskeil

LG: SJ22-310
Termin: 21. - 24.04.2022

Blocklehrgang – Bad Marienberg

LG: SJ22-311
Termin: 16. - 19.06.2022

Blocklehrgang – Bad Neuenahr-Ahrweiler

LG: SJ22-312
Termin: 15. - 18.10.2022

1. Lizenzstufe

Der Sportbund Rheinland stellt die Übungsleiterlizenz-C im Breitensport in zwei verschiedenen Schwerpunkten, den sogenannten Profilen, aus: „Kinder / Jugendliche“ und „Erwachsene / Ältere“. In beiden Profilen werden sportwissenschaftliche Grundlagen vermittelt, damit die Übungsleiter in ihren Gruppen die Grundlagen der Sportmedizin, der Sportpädagogik oder der Trainings- und Bewegungslehre in die Trainingsgestaltung integrieren können. Außerdem eignen sich die Übungsleiter Wissen in den Bereichen Recht und Versicherung, Ernährung und im Profil „Kinder / Jugendliche“ zu den Themen Mitbestimmung und Jugendförderung an.

Im praktischen Teil werden Bewegungsgrundlagen an Geräten und am Boden vermittelt, Erfahrung im Lehren von Laufen-Springen-Werfen gesammelt und ein integratives System zur Vermittlung von Sportspielen kennengelernt. Im Profil „Erwachsene / Ältere“ steht zudem alltagsorientiertes Training unter funktionalen Aspekten auf dem Stundenplan. Die zukünftigen Übungsleiter mit dem Profil „Kinder / Jugendliche“ beschäftigen sich mit Sport im Elementar- und Primarbereich sowie der Erlebnispädagogik.

Die Übungsleiter-Ausbildungen werden in unterschiedlichen Formaten angeboten. So kann zwischen Wochenend-, Block- und Modullehrgang (Basis-, Aufbau- und Neigungsmodule) gewählt werden. Die Online-Variante im Blended-Learning-Format reduziert die Anzahl der Präsenztage der Ausbildung, da Ausbildungsteile von zu Hause aus absolviert werden können.

Voraussetzungen: Vollendung des 16. Lebensjahres (Lizenzausgabe mit 18 Jahren), Mitgliedschaft in einem rheinland-pfälzischen Sportverein, allgemeine Sporttauglichkeit, Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE siehe Seite 66).

Im Format „Blended Learning“ sind zudem ein Internetzugang und Computer (PC, Notebook, Tablet), Grundlagenkenntnisse im Umgang mit dem Computer sowie Neugier und Spaß im Umgang mit neuen Medien nötig.

Gebühr & Dauer: 180 Euro für Mitglieder rheinland-pfälzischer Sportvereine (360 Euro für Vereinsmitglieder anderer Bundesländer) inkl. Mittagessen und Lehrgangsunterlagen, insgesamt 120 LE.

■ Übungsleiter-C-Lizenz Profil „Kinder / Jugendliche“

Wochenendlehrgang – Koblenz

LG: SJ22-300
Termine: 02./03.04., 09./10.04., 19. - 24.04., 07.05., 21./22.05.2022

Wochenendlehrgang – Bad Sobernheim

LG: SJ22-301
Termine: 30.04./01.05., 07.05., 14./15.05., 26. - 29.05., 11./12.06., 25./26.06.2022

Blended-Learning-Lehrgang – Schweich

LG: SJ22-302
Termine: 10./11.09., 24./25.09., 08./09.10., 05./06.11., 19./20.11., 03.12., 10./11.12.2022

■ Übungsleiter-C-Lizenz Profil „Erwachsene / Ältere“

Blocklehrgang – Montabaur

LG: BSB22-001
Termine: 13. - 15.04., 19. - 24.04., 07./08.05., 21.05.2022

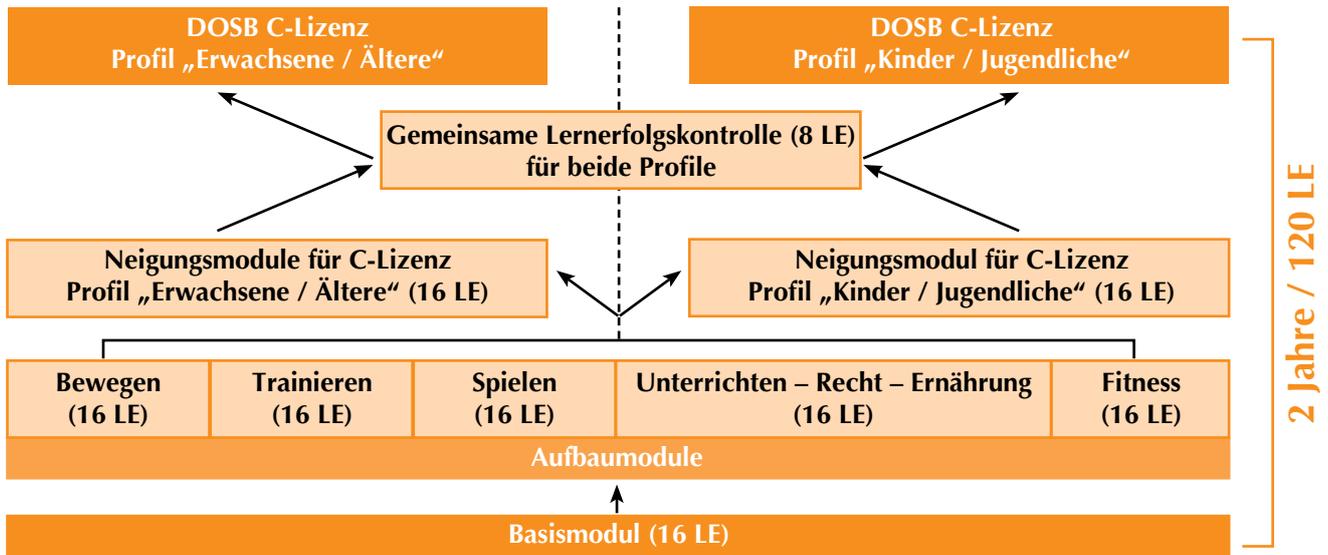
Blended-Learning-Lehrgang – Koblenz

LG: BSB22-002
Termine: 10./11.09., 01./02.10., 15./16.10., 29./30.10., 26./27.11., 10.12.2022

Blocklehrgang – Simmern/Hunsrück

LG: BSB22-003
Termine: 01. - 03.10., 15. - 20.10., 05./06.11., 19.11.2022

■ Aufbau der modularen Übungsleiter-C-Lizenz-Ausbildung



■ Übungsleiter-C-Lizenz als Modullehrgang

Diese Ausbildungsform wird gemeinsam von Sportbund Rheinland und der Sportjugend Rheinland angeboten. Die Lehrgänge finden an Wochenenden statt. Nach dem Besuch des Basis-Moduls können alle weiteren Module in freier Reihenfolge belegt werden. Grundsätzlich muss der Lehrgang innerhalb von zwei Jahren mit der Lernerfolgskontrolle abgeschlossen werden. Die Module teilen sich in vier Kategorien auf: Basis-, Aufbau-, Neigungsmodule und Lernerfolgskontrolle.

Gebühr & Dauer: je 20 Euro für Basis-, Aufbaumodule und Lernerfolgskontrolle; insgesamt 120 LE
Ort: Raum Koblenz

Basismodul

Dieses Modul muss als Einstieg in die Ausbildung als erstes absolviert werden. Inhalte sind biologische und physiologische Grundlagen, Trainingslehre, Bewegungslehre und Sportpädagogik.

LG	Termine	Dauer
BSB22-041	12./13.02.2022	16 LE
BSB22-042	16./17.07.2022	16 LE

Aufbaumodule

Insgesamt werden fünf verschiedene Aufbaumodule angeboten (Bewegen, Trainieren, Spielen, Fitness, Unterrichten-Recht-Ernährung), die in sich abgeschlossen sind und jeweils einmalig absolviert werden müssen.

Aufbaumodul „Bewegen“

Inhalt dieses Moduls ist der Erwerb von Lehrkompetenzen am Boden und an Geräten, z. B. an den klassischen Turngeräten Barren, Reck und Kasten. Zusätzlich kommen aber auch moderne Kleingeräte wie Rollbretter, Pedalos oder Balanceboards zum Einsatz.

LG	Termine	Dauer
BSB22-051	19./20.02.2022	16 LE
BSB22-052	11./12.06.2022	16 LE

Aufbaumodul „Trainieren“

In diesem Modul steht die Vermittlung der Basisfertigkeiten in den Bereichen Laufen, Springen, Stoßen, Werfen und Schleudern im Vordergrund. Im Bereich der Trainingslehre liegt der Schwerpunkt auf den konditionellen Aspekten des Trainings (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer).

LG	Termine	Dauer
BSB22-055	30.04./01.05.2022	16 LE
BSB22-056	12./13.11.2022	16 LE

Aufbaumodul „Spielen“

Der Umgang mit verschiedenen Bällen zur Vorbereitung auf die großen Sportspiele (Handball, Volleyball, Basketball, Fußball) ist Inhalt dieses Moduls. Erarbeitet werden Kompetenzen zur Vermittlung der Grundfertigkeiten Werfen, Passen, Dribbeln und Fangen.

LG	Termine	Dauer
BSB22-061	09./10.04.2022	16 LE
BSB22-062	08./09.10.2022	16 LE

Aufbaumodul „Fitness“

Neben dem Bewegen zu und mit Musik steht das alltagsorientierte Fitnessstraining im Mittelpunkt dieses Lehrganges (z.B. Dehnen, Mobilisieren, Koordinationsstraining mit Kleingeräten, Stabilisationstraining).

LG	Termine	Dauer
BSB22-065	19./20.03.2022	16 LE
BSB22-066	24./25.09.2022	16 LE

Aufbaumodul „Unterrichten – Recht – Ernährung“

Dieses Modul sollte möglichst zum Ende der Modul-Ausbildung besucht werden, da die Einheit „Unterrichten“ zur Vorbereitung der Prüfungslehrprobe dient. Die Thematik Recht beinhaltet u.a. Informationen zu Aufsichtspflicht, Übungsleiterfreibetrag sowie Übungsleiterverträgen. Eine leistungs- und sportgerechte Ernährung, Energiebedarf, Mikro- und Makronährstoffe sind u.a. Bestandteil des Themas Ernährung.

LG	Termine	Dauer
BSB22-071	14./15.05.2022	16 LE
BSB22-072	03./04.09.2022	16 LE

Neigungsmodule für C-Lizenz Profil „Erwachsene / Ältere“

Alle mindestens achtstündige Fortbildungsveranstaltungen aus dem aktuellen Lehrgangsangebot mit dem Profil „Erwachsene / Ältere“ können als Neigungsmodule absolviert werden. Insgesamt müssen 16 Lerneinheiten nachgewiesen werden. Die Gebühren des gewünschten Neigungsmoduls entnehmen Sie bitte der entsprechenden Veranstaltung.

Neigungsmodul für C-Lizenz Profil „Kinder / Jugendliche“

Der Lehrgang vermittelt Grundlagenkenntnisse für die Planung, Durchführung und Reflektion von Bewegungsstunden mit Kindern (Elementar- und Primarbereich) und Jugendlichen im Sportverein. Außerdem sind Inhalte des Lehrgangs: Entwicklung, Belastbarkeit, Lebensalltag, Bewegungswelt und Sportverständnis von Kindern und Jugendlichen, motorische Entwicklung des Kindes, motorische Schwächen und deren Vorbeugung, frühkindliche Bewegungserziehung, Ernährung, Methodik, Didaktik im Elementarbereich, Spielpädagogik.

LG:	SJ22-304
Termin:	19./20.11.2022
Gebühr & Dauer:	35 Euro inkl. Mittagessen; 16 LE

Lernerfolgskontrolle

Die Lernerfolgskontrolle ist das Abschlussmodul der Übungsleiter-C-Ausbildung in Modulform. Die theoretische und praktische Prüfung kann erst absolviert werden, wenn alle anderen Module besucht wurden.

LG	Termine	Dauer
BSB22-091	25.06.2022	8 LE
BSB22-092	03.12.2022	8 LE

■ Übungsleiter-C-Lizenz Schüler mit Leistungskurs Sport

Der Sportbund Rheinland bietet in Kooperation mit der ADD Trier eine verkürzte Übungsleiter-C-Ausbildung für Schüler eines Leistungskurses Sport ab der Jahrgangsstufe 12 an. Für weitere Informationen wenden sich Interessenten dieser Ausbildung bitte direkt an ihren Leistungskurs-Lehrer oder Schulleiter.

Voraussetzungen: Schüler eines Leistungskurses im Fach Sport, Mitgliedschaft im Sportverein, Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE), Mindestalter 16 Jahre
Termine: In Absprache mit der Schule (Sporthalle und Klassenraum müssen am Schulstandort zur Verfügung gestellt werden).

Gebühr & Dauer: 45 Euro; 30 LE
Anmeldung: Nur über die Schulen möglich.

■ Übungsleiter-C-Lizenz Kurzlehrgang für Sportstudierende



Der Kurzlehrgang ist für Sportstudierende der Universität Koblenz vorgesehen. Die Ausbildung beinhaltet die Themen Rechts-, Steuer- und Versicherungsfragen und gliedert sich in zwei Teile. Bitte melden Sie sich für beide Teile an. Sportstudenten, die die Module 1 bis 4 der Universität Koblenz nachweislich absolviert haben, erhalten mit diesem Kurzlehrgang die DOSB Übungsleiter-C-Lizenz, Profil „Erwachsene/Ältere“.

LG	Termine Teil a	Termine Teil b
BSB22-Uni1	13.06.2022	20.06.2022
BSB22-Uni2	26.09.2022	10.10.2022

Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr & Dauer: 10 Euro; 4 LE
Referent: Mehran Faraji, Jurist

■ Sportartübergreifende Basisqualifizierung

Die sportartübergreifende Basisqualifizierung richtet sich an Teilnehmer von Trainer-C-Ausbildungen der Fachverbände. Die Ausbildung ist Grundlage für die sportartspezifischen Lehrgänge und muss daher vor Beginn der Trainer-C-Ausbildungen absolviert werden. Weitere Informationen zu den Trainer-C-Ausbildungen erteilt der jeweilige Fachverband.

LG	Termine Teil a	Termine Teil b
BSB22-013 a/b	05./06.03.2022	02./03.04.2022
BSB22-014 a/b	14./15.05.2022	28./29.05.2022
BSB22-015 a/b	10./11.09.2022	24./25.09.2022
BSB22-016 a/b	12./13.11.2022	26./27.11.2022

Ort: Koblenz
Gebühr & Dauer: 45 Euro; 30 LE

2. Lizenzstufe

■ Übungsleiter-B-Lizenz Sport in der Prävention

Profil Haltungs- und Bewegungssystem
Schwerpunkt: Rückenschule

Der ganzheitliche Ansatz der „Rückenschule“ berücksichtigt aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse der Prävention. Die Konföderation der deutschen Rückenschulen (KddR) hat 2007 ein verbindliches Curriculum eingeführt. Die Methoden zielen auf die Animierung zu regelmäßiger körperlicher Aktivität ab, dem Abbau von psychischen Überbelastungen und einer veränderten Einstellung zu Rückenschmerzen. Die Teilnehmer der Rückenschulkurse lernen zu vermitteln, dass langfristige Rückengesundheit nur dann erreichbar ist, wenn diese drei Aspekte gemeinsam Beachtung finden.

ANZEIGE



Aus Inspiration wird Zukunft.
 Der neue, rein elektrische Audi Q4 Sportback e-tron¹.

Die mobile Zukunft nimmt Form an – und sie ist auf den ersten Blick kompromisslos sportlich und konsequent alltagstauglich: mit seiner besonders niedrigen, Coupé-artigen Dachlinie und einem großzügigen Innenraum gibt der Audi Q4 Sportback e-tron¹ die Richtung vor. Audi drive select und elektrische Heckklappe bringt er bereits serienmäßig mit, Dynamik und Ausdauer treiben ihn an. Seine fokussierende Front, das kraftvolle Heck und das progressive Interieur lassen keinen Zweifel: Fortschritt lässt sich nicht aufhalten – auch nicht unterwegs, wo Sie an HPC-Säulen (High Power Charging) ultraschnell laden können.

Übrigens: Der Audi Q4 Sportback e-tron¹ elektrisiert schon bei der Leasingbestellung, denn der Umweltbonus² wartet auf Sie. Mehr Informationen jetzt bei uns.

¹ Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100 km: 17,9–15,6 (NEFZ); 20,9–16,6 (WLTP); CO₂-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0. Angaben zu den Stromverbräuchen und CO₂-Emissionen in Abhängigkeit von der gewählten Ausstattung des Fahrzeugs.

² Der Erwerb (Kauf oder Leasing) eines/r neuen Audi Q4 Sportback e-tron¹ durch Privatpersonen, Unternehmen, Stiftungen, Körperschaften und Vereine nach dem 18.05.2016 wird mit dem Umweltbonus inklusive Innovationsprämie gefördert, sofern das Fahrzeug nach dem 03.06.2020 und bis zum 31.12.2021 zugelassen und der Erwerb nicht zugleich mit anderen öffentlichen Mitteln gefördert wird. Ausnahme: der jeweilige Fördermittelgeber hat eine Verwaltungsvereinbarung mit dem Bundesministerium für Wirtschaft und Energie geschlossen, wobei es aber zum Zeitpunkt der Antragstellung beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) noch zu keiner Auszahlung gekommen sein darf. Das Fahrzeug muss im Inland auf den/die Antragstellerin zugelassen werden (Erstzulassung) und mindestens 6 Monate zugelassen bleiben. Sofern das Fahrzeug nach dem 04.11.2019 erstmalig zum Straßenverkehr zugelassen wird, beträgt die Höhe des Umweltbonus inklusive Innovationsprämie für den Audi Q4 Sportback 35 e-tron¹ insgesamt 9.000 Euro. Ein Drittel des Umweltbonus wird seitens der AUDI AG direkt auf den Nettokaufpreis gewährt, zwei Drittel des Umweltbonus (Bundesanteil am Umweltbonus inklusive Innovationsprämie) werden nach positivem Zuwendungsbescheid auf Antrag beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) unter www.bafa.de ausbezahlt. Der Antrag auf Gewährung des Bundesanteils am Umweltbonus muss bei Zulassung nach 04.11.2019 spätestens ein Jahr nach Zulassung über das elektronische Antragsformular unter www.bafa.de eingereicht werden.

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

Audi Zentrum Koblenz

Audi Zentrum Koblenz GmbH
 Andernacher Straße 205, 56070 Koblenz
 Tel.: 02 61 / 8 08 04-0
azkinfo@loehrggruppe.de, <https://www.audi-zentrum-koblenz.audi/de.html>

Wochenendlehrgang – Koblenz

LG:	BSB22-008
Termine:	17.09., 24.09., 08./09.10., 12.11., 03.12.2022
Gebühr & Dauer:	200 Euro inkl. Mittagessen und Lehrgangsmaterialien (400 Euro für Vereinsmitglieder anderer Bundesländer); 60 LE
Voraussetzung:	ÜL-C-Lizenz

Profil Haltungs- und Bewegungssystem Schwerpunkt: Gesundheitsorientiertes Kräftigungstraining

Inhalte Theorie: Funktionelle Anatomie des Bewegungsapparates, physiologische Grundlagen, Trainingssteuerung mittels Herzfrequenz, Auswirkungen einer zielgerichteten Ernährung auf die körperliche Leistungsfähigkeit, Grundlagen des Beweglichkeitstrainings, Erstellung von Trainingsprogrammen für Anfänger (nach dem Stufenprinzip) und Fortgeschrittene.

Inhalte Praxis: Funktionelle Anatomie des Bewegungsapparates in vivo, Körperwahrnehmung und Haltung, Muskelverkürzungstests, funktionelles Training an Geräten, Hanteln und mit alternativen Trainingsmitteln, Stretching.

Wochenendlehrgang – Montabaur

LG:	BSB22-009
Termine:	10./11.09., 24./25.09., 08./09.10., 05./06.11.2022
Anmeldeschluss:	01.09.2022
Gebühr & Dauer:	200 Euro inkl. Mittagessen und Lehrgangsmaterialien (400 Euro für Vereinsmitglieder anderer Bundesländer); 60 LE
Voraussetzung:	ÜL-C-Lizenz

Lehrgänge mit Zertifikat

■ Seniorenberater

Die Anzahl der Älteren in der Bevölkerung steigt stetig – auch in unseren Sportvereinen. Schaffen Sie in Ihrem Verein Angebote, mit denen Sie ältere Vereinsmitglieder motivieren können, sportlich oder gesellig aktiv zu werden. Diese Ausbildung ist ein Qualifizierungsangebot für Menschen, die sich verantwortungsvoll im Segment des Seniorensports betätigen möchten.

Inhalte: Aufgaben des Seniorenberaters, gesundheitliche Aspekte der Senioren, praktische Übungen, Gymnastik, Spiele, Informationen zu Diabetes, Demenz und Osteoporose, rechtliche Stellung des Seniorenberaters im Verein, Einblick in die Ergotherapie, Gedächtnistraining, Ernährungsgrundlagen für Senioren, Motorik und Koordination im Alter, Umgang mit Verlust und Trauer, Organisation von Veranstaltungen.

Blocklehrgang – Koblenz

LG:	BSB22-400
Termine:	15. - 17.06.2022
Anmeldeschluss:	05.06.2022
Referentinnen:	Jutta Richter, Sonja Paulus
Gebühr & Dauer:	120 Euro inkl. Mittagessen und Lehrgangsmaterialien, 24 LE
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz Breitensport

■ Kursleiterausbildung „Fitness kennt kein Alter!“

Fitness ist auch im hohen Alter trainierbar. Die Deutsche Sporthochschule Köln entwickelte im Auftrag des Sportbundes Rheinland ein spezielles Bewegungsprogramm für Senioren, mit dem nach einer dreimonatigen Trainingsphase in fünf Modellvereinen erstaunliche Leistungsfortschritte bei den Senioren wissenschaftlich nachgewiesen wurden. Erlernen Sie in diesem dreitägigen Lehrgang die Umsetzung dieses innovativen Kursprogramms mit speziellen Hanteln und Fußmatschen für die Seniorensportgruppe in Ihrem Verein. In diesem Zertifikatslehrgang werden die Übungsleiter aus den Vereinen des Sportbundes Rheinland von den Entwicklern des Bewegungsprogramms in Theorie und Praxis geschult. Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

Blocklehrgang – Koblenz

LG:	BSB22-401
Termine:	09. - 11.09.2022
Anmeldeschluss:	29.08.2022
Referentinnen:	Ulrike Kraus, Alexandra Stempin
Gebühr & Dauer:	120 Euro inkl. Mittagessen und Lehr- gangsmaterialien, 24 LE
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz Breitensport/ B-Lizenz Prävention

■ Intensiv-Workshop „Yoga“

Yoga wird sowohl im Leistungs- als auch im Breitensport zunehmend als sinnvolle Ergänzung im Trainingsalltag anerkannt. Als Übungsleiter können Sie durch den gezielten Einsatz von Yogaelementen in Ihren Übungsstunden positive Effekte erzielen. Anspannungen und Verhärtungen der Muskeln werden abgebaut, die Flexibilität gesteigert. Die gesamte körperliche Leistungsfähigkeit nimmt zu. Außerdem bringt Yoga den Geist zur Ruhe, steigert das Wohlbefinden, fördert die Achtsamkeit und stärkt den Willen.

Inhalte: Philosophie und Geschichte, Varianten des Sonnengrußes, stehende und sitzende Positionen (Asanas), Vorbeugen und Rückbeugen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Stundenaufbau im Yoga (Sequencing), Meditation, Hinweise auf die funktionelle Anatomie, Umkehrhaltungen.

Blocklehrgang – Koblenz

LG:	BSB22-402
Termine:	23. - 25.03.2022
Anmeldeschluss:	13.03.2022
Referent:	Daniel Wegen
Gebühr & Dauer:	120 Euro inkl. Mittagessen und Lehr- gangsmaterialien, 27 LE
Voraussetzungen:	C-Lizenz, Praxis-Erfahrung Yoga erwünscht
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz Breitensport/ B-Lizenz Prävention

■ Intensiv Workshop „Pilates“

Pilates, das systematische Ganzkörpertraining, ist ein sanfter Sport für Körper, Geist und Seele. Es eignet sich nicht nur für Gesundheitsbewusste und Breitensportler, sondern ist auch für Athleten der ideale Ausgleichssport. Die gekräftigte Körpermitte hilft beispielsweise Läufern oder Teamsportlern, Stöße auf die Wirbelsäule, Hüft-, Knie- und Sprunggelenke abzufedern und somit die Gelenke zu schonen. Immer mehr Übungsleiter entdecken Pilates und wenden diese Methode zusätzlich zu ihrem Trainingsprogramm an.

Inhalte: Konzept „Pilates“, Philosophie, Haltungs- und Bewegungsanalyse, funktionelle Anatomie, Physiologie der Atmung, Übungen auf der Matte, Anleitung und Hilfestellung, progressiver Stundenaufbau, Einsatz von Kleingeräten.

Blocklehrgang – Koblenz

LG:	BSB22-403
Termine:	07. - 09.12.2022
Anmeldeschluss:	27.11.2022
Referent:	Daniel Wegen
Gebühr & Dauer:	120 Euro inkl. Mittagessen und Lehr- gangsmaterialien, 27 LE
Voraussetzungen:	C-Lizenz, Praxis-Erfahrung Pilates erwünscht
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz Breitensport/ B-Lizenz Prävention



Foto: LSB RLP / iStock / YinYang



Zertifikatslehrgang

■ Betreuer Ausbildung für Freizeiten und Ferienaktionen

Die Betreuer Ausbildung besteht aus drei Modulen mit pädagogischen, organisatorischen und praktischen Grundlagen. Sie umfasst insgesamt 50 LE. Nach dem erfolgreichen Absolvieren aller Lerneinheiten haben die Teilnehmer die Möglichkeit, bei unseren Ferienfreizeiten und Ferienaktionen als Betreuer mitzuwirken. Die Module sollten zusammen gebucht werden.

Modul 1: Pädagogische und rechtliche Grundlagen

Was ist bei der Leitung von Gruppen zu beachten? Welche Rolle habe ich als Betreuer? Wie kann Teamarbeit effektiv gestaltet werden? Wie geht man mit Konflikten um? Diese und weitere Fragen werden im ersten Modul der Ausbildung beantwortet, denn der richtige Umgang mit Kindern und Jugendlichen ist die Grundlage für die Arbeit als Betreuer. Gruppendynamische Prozesse, rechtliche Grundlagen der Tätigkeit als Betreuer sowie versicherungsrechtliche Themen runden das Seminar ab.

LG: SJ22-400a
Termine: 22./23.01.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 40 Euro inkl. Mittagessen

Modul 2: Organisatorische Grundlagen

Die Gestaltung einer abenteuerlichen Ferienaktion für Kinder und Jugendliche erfordert viel Flexibilität auf Seiten der Verantwortlichen. Damit die Aktion allerdings nicht auch zum Abenteuer für die Betreuer wird, benötigen sie einen organisierten und geplanten Rahmen. Das Seminar behandelt die organisatorischen Abläufe in der Vorbereitung sowie die Angebotsgestaltung und Programmplanung. Die Teilnehmer können sich auf viele Ideen und Anregungen für die Planung einer Ferienaktion freuen!

LG: SJ22-400b
Termin: 12./13.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 40 Euro inkl. Mittagessen

Modul 3: Praktische Grundlagen

Die Planung und Organisation gilt es nun in die Praxis umzusetzen. Wir verbringen ein Wochenende in unserer Freizeitanlage und Bildungsstätte im Brohltal. In kleinen Gruppen werden die Teilnehmer die Programmpunkte vorbereiten und in kurzen Lehrproben umsetzen. Dazu gehört die Gestaltung eines Tages und natürlich des Abends. Wir freuen uns auf kreative Ideen und spannende Aktionen.

LG: SJ22-400c
Termin: 13. - 15.05.2022
Ort: Weibern Brohltal
Gebühr: 30 Euro inkl. Verpflegung & Übernachtung

Voraussetzungen

Nach Vollendung des 16. Lebensjahres kann die Ausbildung besucht werden. Bei bereits nachweislichen Qualifikationen gibt es die Möglichkeit, die Ausbildung zu verkürzen. Bitte kontaktieren Sie uns, falls diesbezüglich Fragen aufkommen.

Für den Einsatz als Betreuer bei unseren Ferienaktionen ist ein Nachweis eines Erste-Hilfe-Lehrgangs erforderlich.

Betreuer, die die Ausbildung bereits absolviert haben, müssen alle vier Jahre Fortbildungen mit insgesamt 16 LE belegen, um auch in den weiteren Jahren als Betreuer eingesetzt werden zu können. Die Fortbildungen, die zur Verlängerung des Zertifikates geeignet sind, sind in unserem Online-Buchungsportal gekennzeichnet.

■ Aufbau der modularen Betreuer-Ausbildung



Fortbildungen Ferienbetreuung

Weitere Fortbildungen auch zur Verlängerung des Betreuerzertifikates sind unter der Kategorie Fortbildungen Sportpraxis – Profil Kinder/Jugendliche zu finden.

■ Ferien am Ort: Bewegung erleben



Was ist die Aktion „Ferien am Ort“? Wie kann man das Jahresmotto „Bewegung erleben“ umsetzen? Welche Spiele und Aktionen bieten sich an? In Zusammenarbeit mit unserem Partner EDEKA Südwest bieten wir Schulungen für Betreuer von „Ferien am Ort“-Aktionen an. Neben der inhaltlichen Umsetzung des Jahresmottos werden auch Fragen zur Organisation beantwortet und es besteht Gelegenheit zum Austausch untereinander. Der Fokus wird bei der Schulung auf folgende Themen gelegt: Welche Neuerungen gibt es bei Ferien am Ort 2022 und wie ist eine Wettbewerbsteilnahme möglich? Was hat das Motto mit den Themen Gesundheit, Leistung, Körper, Umwelt und Spiel-Räume zu tun?

LG: SJ22-401

Termin: 07.03.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Gebühr: keine

■ Ferien am Ort: Spiel-Räume erleben

„Bewegung erleben“, so lautet das Motto von Ferien am Ort in diesem Jahr. In diesem Seminar gehen wir auf Entdeckungstour und erkunden mögliche Bewegungsräume. Egal, ob Stadt, Land oder Wasser, überall finden sich Möglichkeiten, Bewegungsanlässe zu schaffen. Wie nutze ich die vorhandenen Gegebenheiten, um meine Freizeit zu gestalten? Durch welche Abwandlungen können neue Bewegungserfahrungen geschaffen werden? Welche Geräte und Materialien eignen sich dafür? Durch welche Spiele kann ich Bewegungserfahrungen aktiv fördern und schulen? Spiele, Bewegungsstationen und Bastelideen geben praktische Anregungen für die Gestaltung der Ferienaktionen.

LG: SJ22-402

Termin: 26.03.2022

Ort: Dreis

Gebühr: keine

■ Das Highlight „Show“

Wer eine Freizeit zu einem unvergesslichen Erlebnis für die Kinder gestalten möchte, sollte dieses Seminar nicht verpassen. Viel Spaß und Action verspricht das Themengebiet „Shows“, welches sich als Programmpunkt auf einer Freizeit super umsetzen lässt. Wie und mit welchen Mitteln, erfahren die Teilnehmer in dieser Fortbildung. Egal, ob Schlag das Team, Casinoabende oder Sing- und Tanzshows, mit der richtigen Gestaltung und den richtigen Details wird dieser Programmpunkt zum Höhepunkt für die Kinder.

LG: SJ22-403

Termin: 09.04.2022

Ort: Weibern Brohltal

Gebühr: 30 Euro

Dauer: 8 LE

Referent: Paul Hübscher

Hinweis: Verlängerung Betreuerzertifikat

Wer an der nachfolgenden Fortbildung ebenfalls teilnehmen möchte, kann in unserer Bildungs- und Freizeitanlage im Brohltal übernachten und das Wochenende zu einem Fortbildungswochenende machen. Für die Verpflegung muss selbst gesorgt werden.

HÜTTENDORF BROHLTAL

SBR Freizeitanlage und Bildungsstätte

Wir bewegen Jugend.



Infos & Buchung
Tel.: 0261 135-264
www.sportjugend-rheinland.de

■ Freizeit Allrounder

Ein Mix aus unterschiedlichen Programmpunkten macht eine gute Ferienaktion oder Freizeit aus. In dieser Fortbildung können alle Betreuer einen guten Mix aus Lückenfüllern, Kooperations- oder Sensibilisierungsspielen, kreativen Ideen und Co. kennenlernen. Die Teilnehmer nehmen für die nächste Freizeit einen ganzen Koffer voll mit tollen Spielen und Ideen mit.

LG: SJ22-404
Termin: 10.04.2022
Ort: Weibern Brohltal
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Kevin Schöning
Hinweis: Verlängerung Betreuerzertifikat

Wer an der vorangestellten Fortbildung ebenfalls teilnehmen möchte, kann in unserer Bildungs- und Freizeitanlage im Brohltal übernachten und das Wochenende zu einem Fortbildungswochenende machen. Für die Verpflegung muss selbst gesorgt werden.

■ Ferien am Ort: Leistung erleben

Bewegung ist immer auch Leistung. Im Kinder- und Jugendsport wetteifern auch die Kleinsten schon in Spielen und Wettkämpfen. Doch Leistung kann man auch anders sichtbar machen. Wie viel Energie liefern Lebensmittel und wie viel muss ich mich dafür in den verschiedenen Sportarten bewegen? Welche Energie muss man aufbringen, um eine Glühlampe zum Leuchten zu bringen? Oder wer schafft in Abhängigkeit zur Körpergröße die beste Leistung? In diesem Seminar stellen wir Bastelaktionen, Spiele und Methoden vor, wie man mit Kindern das Thema Leistung und sportliche Ziele thematisieren kann.

LG: SJ22-405
Termin: 30.04.2022
Ort: Rheinböllen
Gebühr: keine

■ Ferien am Ort: Meinen Körper erleben

Ich kann das?! Kinder messen sich im Sport permanent an ihren eigenen Leistungen und denen der Mitspieler und Gegner. Doch was leistet eigentlich unser Körper beim Sport? Wie wirken sich Einschränkungen auf die Leistungsfähigkeit aus? Wann braucht der Körper eine Pause? Mit Spielen zu den Themen Handicaps, Wahrnehmung und Entspannung kann das Bewusstsein für den eigenen Körper verbessert werden. Eine kindgerechte Sammlung an Spielen und Übungen wird in diesem Seminar vorgestellt. Die Inhalte eignen sich auch für inklusive Ferienaktionen.

LG: SJ22-406
Termin: 07.05.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: keine

■ Der Freizeitkoch

Kochen kann Spaß machen und entspannen. Das Kochen auf einer Freizeit mit 30 Kindern oder mehr stellt sich der ein oder andere vielleicht nicht mehr entspannt vor. In diesem Lehrgang werden Tipps und Tricks für die Freizeitküche weitergegeben, um die Arbeit zu erleichtern. Ob es ums Einkaufen geht, um die Auswahl der Gerichte oder die Zubereitung, mit den richtigen Ideen wird das Kochen auch hier zum Spaß. In unserer Freizeitanlage und Bildungsstätte im Brohltal werden Leibspeisen von Kindern gekocht und Rezepte für eine süße Überraschung ausprobiert.

LG: SJ22-407
Termin: 01.10.2022
Ort: Weibern Brohltal
Gebühr: 30 Euro inkl. Verpflegung
Dauer: 8 LE
Referent: Kevin Schöning
Hinweis: Verlängerung Betreuerzertifikat



■ Mentaltraining für Stärke und Zielerreichung im Jugendsport



Der Glaube kann Berge versetzen – der Glaube an sich selbst, an die eigenen Fähigkeiten. Mentaltraining stärkt die eigene Persönlichkeit und ein unbeugsamer Wille steht hinter jeder großen Leistung. Mentales Training gehört unbedingt in den Kinder- und Jugendbereich, wie alle anderen Trainingsarten auch. Ob es nun Kondition, Athletik, Technik oder Wettkampf sind, spielt am Ende keine Rolle - das Mentaltraining sollte genauso dazu gehören!

LG: SJ22-WEB-320
Termin: 15.01.2022, 10 - 11.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Elke Buschbaum

■ Faszien-Yoga für Kinder und Jugendliche



Nur mit Hilfe der Faszien bewegen wir uns kraftvoll und elastisch! Muskeln sind nicht unsere alleinige Energiequelle für Bewegung. Ein Teil der Kraft kommt aus den Faszien, die in der Lage sind, Energie zu speichern und „katapultartig“ freizusetzen. Was sind Faszien, was bewirken sie und wie kann ich sie trainieren? Haben Kinder und Jugendliche ein Faszientraining nötig? Worauf sollte man dabei achten? Gibt es Unterschiede zum Faszientraining mit Erwachsenen? Ein ausgewoge-

nes Training der Faszien besteht aus Kraftaufbau-Übungen mit und ohne BlackRoll, Fascial Release mit der BlackRoll, Faszien-Pilates und Faszien-Yoga.

LG: SJ22-WEB-321
Termin: 19.01.2022, 17 - 18.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Mandy Jung
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Insidertipps von Übungsleitern an Übungsleiter

Bei den üblichen Fortbildungen bleibt der intensive Erfahrungsaustausch der Teilnehmer oft auf der Strecke. Mit unserem Angebot wollen wir diese Lücke schließen und dafür sorgen, dass die Kompetenzen der Übungsleiter unserer Vereine für eine kollegiale Beratung untereinander effektiv genutzt werden können. Hierfür wird es zunächst einen 30-minütigen Impulsvortrag zum Elementarbereich geben. Daran werden sich in zwei unterschiedlich gestalteten Phasen gezielte, sachbezogene Gesprächssituationen anschließen. So stellen wir sicher, dass der „Handwerkskoffer“ der Übungsleiter am Ende der Veranstaltung mit vielen hilfreichen Impulsen für die eigene Arbeit aufgefüllt wird.

Zielgruppe: Übungsleiter, die mit Kindern bis 6 Jahren arbeiten.

LG: SJ22-322
Termin: 29.01.2022, 9 - 13 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 5 LE
Referentin: Claudia Schilde
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Kinder brauchen einen starken Rücken



Stundenlanges still sitzen in der Schule, stundenlanges Smartphone- oder Computerspielen bedeutet „stundenlange Fehlhaltung“. Die Anzahl von Spannungskopfschmerzen, Rückenschmerzen bis hin zu Bandscheibenvorfällen steigt bei den Kindern stetig. Und das ist erst der Anfang. Wie kann ich dem entgegenwirken? Welche Übungen sind kindgerecht und wie kann ich die Kinder motivieren, regelmäßig ihre Übungen zu machen, bevor es zu spät ist. In diesem Web-Seminar steht kindgerechtes Rückentraining im Vordergrund, von der Kursplanung, über den Kursaufbau und die Übungsauswahl bis hin zu Kursdurchführung und Nachbereitung.

LG: SJ22-WEB-323
Termin: 29.01.2022, 9 - 12 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referentin: Silvia Sonntag

■ Kreative Stationen für Bewegungslandschaften

Mithilfe von Bewegungslandschaften wird die Motorik von Kindern spielerisch gefördert. Hierbei müssen jedoch unterschiedliche Reize gesetzt werden. Dafür benötigt man eine Vielfalt von Aufbaumöglichkeiten. In der Fortbildung werden die unterschiedlichsten Bewegungsstationen vorgestellt, um neue Reize zu setzen und das motorische Lernen zu fördern. Die Bewegungsstationen können und werden in Bewegungslandschaften eingebaut, sodass kreative Bewegungslandschaften für das Turnalter ab drei Jahre entstehen. Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.

LG: SJ22-324
Termin: 05.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Simone Bernardy
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“, Betreuerzertifikat

■ Spiel und Sport für die Kleinsten

Die Sporthallentür öffnet sich für Kinder ab dem Krabbelalter. Spielgruppe oder Krabbelgruppe? Wie gestaltet man eine Sportstunde für und mit den Allerkleinsten? Rituale und Rahmenbedingungen sind ebenso wichtig wie das passende Material. Diese Fortbildung bietet viele praktische Übungsbeispiele, methodische Tipps sowie wertvolle Anregungen für Spiele und Bewegungen mit Kindern ab sechs Monaten bis drei Jahre.

LG: SJ22-325
Termin: 05.02.2022
Ort: Dreis
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sandra Schneising
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Rollbrettfahren in der Turnhalle – mit Fun und Sicherheit

Rollbrettfahren ist für Kinder jeden Alters ein besonderer Spaß und auch Jugendliche lassen sich noch gerne auf Spielchen mit dem Rollbrett ein. Dabei werden Kraft, Gleichgewicht und Koordination im bewegten Spiel gefördert. Wir erproben, wie sicheres „Rasen“ mit dem Rollbrett funktioniert, verbessern die eigenen Fahrfähigkeiten, führen eine Rollbrettführerscheinprüfung durch, die die Kinder zum freien Nutzen des Rollbretts berechtigt und spielen Spiele auf dem Rollbrett, die uns auch konditionell einiges abverlangen.

LG: SJ22-326
Termin: 12.02.2022, 9 - 13 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 5 LE
Referentin: Claudia Schilde
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementar- und Primarbereich“

■ Insidertipps von Übungsleitern an Übungsleiter

Bei den üblichen Fortbildungen bleibt der intensive Erfahrungsaustausch der Teilnehmer oft auf der Strecke. Mit unserem Angebot wollen wir diese Lücke schließen und dafür sorgen, dass die Kompetenzen der Übungsleiter unserer Vereine für eine kollegiale Beratung untereinander effektiv genutzt werden können. Hierfür wird es zunächst einen 30-minütigen Impulsvortrag zum Primarbereich geben. Daran werden sich in zwei unterschiedlich gestalteten Phasen gezielte, sachbezogene Gesprächssituationen anschließen. So stellen wir sicher, dass der „Handwerkskoffer“ der Übungsleiter am Ende der Veranstaltung mit vielen hilfreichen Impulsen für die eigene Arbeit aufgefüllt wird.

Zielgruppe: Übungsleiter, die mit Kinder von 6 bis 12 Jahren arbeiten.

LG: SJ22-327

Termin: 19.02.2022, 9 - 13 Uhr

Ort: Koblenz

Gebühr: 20 Euro

Dauer: 5 LE

Referentin: Claudia Schilde

Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Primärbereich“

■ Progressive Muskelentspannung nach Jacobson für Kinder



Gerade Kinder und Jugendliche sind enormen Leistungsdruck und Unruhe ausgesetzt, welche oft zu Spannungskopfschmerzen, Schlafproblemen, Konzentrationschwierigkeiten bis hin zu schwerwiegenderen Krankheiten führen können. Mit der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson kann man lernen, die gut geübte Entspannungstechnik gezielt als eine Bewältigungsstrategie in verschiedenen Stresssituationen einzusetzen und sich damit vor Überlastung zu schützen. In dieser Fortbildung geht es um entspannen durch Anspannen, um Lockerung auf körperlicher und seelischer Ebene.

LG: SJ22-WEB-328

Termin: 01.03.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Gebühr: 10 Euro

Dauer: 2 LE

Referentin: Silvia Sonntag

■ Online-Training motivierend gestalten



Wie gestalte ich ein motivierendes Online-Training für Kinder und Jugendliche? Was gilt es zu beachten, um einen positiven Rahmen für das gemeinsame Training online zu schaffen? Unabhängig von der zu unterrichtenden Sportart geht es um Grundlagen und Rahmenbedingungen, Ideen zur Abwechslung und die Möglichkeit, dich in Kleingruppen einmal auszuprobieren. Angesprochen werden u.a. die Kameranutzung und -einstellungen, räumliche Voraussetzungen, Kommunikationsmöglichkeiten, Sprechstimme, Feedback und Korrektur.

LG: SJ22-WEB-329

Termin: 07.03.2022, 18 - 19.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Gebühr: 10 Euro

Dauer: 2 LE

Referentin: Melanie Schmidt-Scheib

■ Facettenreich wie ein Regenbogen – Begeisterung für Sport und Vielfalt

Welche Ressourcen hat der Mensch, wie kann man diese Ressourcen fördern? Ob in der Kindertagesstätte, dem Sportverein oder der Schule: Welche Rahmenbedingungen müssen wir schaffen, welche sportlichen Aktivitäten oder Veranstaltungen können motivieren, um Menschen jeden Alters und mit unterschiedlichen sportlichen Voraussetzungen zum Sport zu motivieren? Wie das gelingt und welche Anreize dazu geschaffen werden können, soll in dieser Fortbildung vermittelt werden.

LG: SJ22-330

Termin: 12.03.2022

Ort: Koblenz

Gebühr: 30 Euro

Dauer: 8 LE

Referentinnen: Tamara Fox, Louisa Diesinger

■ Yoga für Kinder und Jugendliche



Während Kinderyoga in Indien schon seit Jahrhunderten praktiziert wird, erfährt Yoga für Kinder in westlichen Ländern erst heute einen regelrechten Boom. Yoga mit Kindern ist angesagt wie nie zuvor. In den Studios wird Yoga für Kinder angeboten, es gibt Yoga für Kindergartenkinder und Yoga für Schulkinder. Doch was genau ist Kinderyoga und brauchen das Kinder überhaupt? Wir zeigen Ihnen, welche positiven Einflüsse Yoga für Kinder mit sich bringt, wie man Kids heranzuführt und welche Yoga-Übungen für Kinder den größten Spaß bringen.

LG: SJ22-WEB-331

Termin: 16.03.2022, 17 - 18.30 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Gebühr: 10 Euro

Dauer: 2 LE

Referentin: Mandy Jung

■ Kreativer Kindertanz für Kinder von 4 bis 9 Jahren



Den Körper kennenlernen und seine Bewegungsmöglichkeiten im Tanz entdecken. Kreativ und ganzheitlich eine Basis für das Tanzen legen. Themen werden sein: Aufbau einer Kindertanzstunde, Vermittlung von Körperhaltung, kreative Vermittlung von Basisschritten, kleine Schrittkombinationen sowie Anleitung zum freien Tanz. Durch Reflektion und Erfahrungsaustausch sollen neu Erlerntes und Bekanntes verbunden, aber auch der Bezug zur Arbeit mit Kindern hergestellt werden.

LG: SJ22-WEB-332
Termin: 19.03.2022, 9 - 12 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referentin: Melanie Schmidt-Scheib

■ Mentale Stärke und Bewusstsein

Die Herausforderungen des Lebens bekommen auch schon die „Kleinsten“ immer mehr zu spüren. Umso wichtiger ist es, ihnen dabei zu helfen, kindliche Unbefangenheit, Lebensfreude und Zuversicht zu stärken und zu erhalten. Durch leichte Pilates-, Yoga-, Thai Chi- und Meditations-/Atemübungen wird mentale Stärke entwickelt und der Geist beruhigt. So bleiben Kinder im guten Kontakt mit sich selbst und können mit Gelassenheit und Stärke die ihnen gestellten Aufgaben erledigen.

LG: SJ22-333
Termin: 26.03.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Spaß und Intensität auch bei Spielen mit Abstand

Eine schöne Auswahl kleiner Spiele, die durch eine geschickte Änderung zu Spielen mit Abstand werden, sind Inhalte dieser Fortbildung. Dass auch mit Abstand gespielt werden kann wird hier praktisch und theoretisch erlebt. Mitmachen, Ausprobieren und auf den Nutzen für die eigene Gruppe checken ist angesagt.

LG: SJ22-334
Termin: 26.03.2022
Ort: Wittlich
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Joachim Burgard

■ Ungewöhnliche Materialien zum Spielen, Bewegen und Trainieren

Training mit ungewöhnlichen Materialien lockert die Übungsstunde auf, macht den Teilnehmern Spaß und ist motivierend – es kann aber auch hochintensiv sein und ein echter Trainingsreiz damit verbunden werden. Dieser Lehrgang gibt Trainern, Übungsleitern und Interessierten praxisnahe Tipps zu folgenden Fragen: Welche Geräte und Materialien kann ich wie für meine Sportart einsetzen? Welche Spielformen und Übungen eignen sich für meine Altersgruppe?

LG: SJ22-335
Termin: 02.04.2022
Ort: Linz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Joachim Burgard

■ Taping und seine alternativen Möglichkeiten

In den 70er Jahren entwickelte der Japaner Kenzo Kase das Kinesio Taping. Er fand heraus, dass durch das Anbringen eines dehnbaren Verbandes im Muskel-Skelett-System verschiedene positive Effekte auftraten. In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer die Grundlagen und fortführende Techniken des ganzheitlichen Tapings nun auch für die Anwendung bei Kindern und Jugendlichen sowie den gezielten Einsatz von Farben und das Anlegen von Gittertapes. Bei der Anmeldung können Krankheitsbilder fürs Taping angegeben werden, die die Teilnehmer interessieren.

LG: SJ22-336
Termin: 09.04.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Marzi

■ Fitness für Ballsportler

Ballsportarten gehören zu den beliebtesten Sportarten bei Kindern und Jugendlichen. Die Begeisterung liegt meistens im Spiel selbst und dem dazugehörigen Spieltraining. Vernachlässigt wird hingegen oft das Training der allgemeinen körperlichen Fitness der jungen Ballsportler, wobei das Resultat des Spiels oft davon abhängt, wie fit der einzelne Spieler ist! Trainer und Schiedsrichter treffen Fitnesstrainer! In dieser Fortbildung zeigen wir ein „Ball-Fitnesskonzept“ zum Nachmachen für alle Ballsportarten.

LG: SJ22-337
Termin: 30.04.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Trendsportarten in den Vereinssport und auf Ferienfreizeiten integrieren

Kennen Sie Speedminton, Spikeball oder Slackline? Sie wollten schon immer Näheres über Le Parkour, Ultimate Frisbee oder Flag Football erfahren? Was ist ein Trendsport und wie lässt er sich von traditionellen Sportarten abgrenzen? Wie man solche Angebote ohne großen Aufwand in die Ferienfreizeit oder in den Vereinsalltag integrieren kann, erfahren Sie bei dieser Fortbildung. Trendsport lässt sich einfach umsetzen und hat ein großes Potential, die Trainingsstunde abwechslungsreicher zu gestalten. Kinder werden durch Sporttrends angesprochen und neu motiviert.

LG:	SJ22-338
Termin:	30.04.2022
Ort:	Raubach
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Dominik Weiler
Hinweis:	Verlängerung Betreuerzertifikat

■ Richtig fit im inklusiven Kinder- und Jugendsport

Inklusion erhebt den Anspruch, dass alle Individuen gemeinsam eine Gesellschaft bilden. Das wesentliche Prinzip hierbei ist die Wertschätzung der Vielfalt. Die verlangt die Schaffung von gleichwertigen Lebensbedingungen für Menschen mit und ohne Handicap. So sollten auch Kinder mit besonderen Bedürfnissen aktiv am regulären Sport teilnehmen dürfen. Ziel ist ein barrierefreies miteinander Bewegen. Diese Fortbildung liefert Beispiele und Handwerkszeug, wie inklusiver Kindersport gelingen kann.

LG:	SJ22-339
Termin:	07.05.2022
Ort:	Gebhardshain
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Dominik Weiler

■ Ballspiele für Kinder ab 6 Jahren

Bälle sind für Kinder reizvolle und motivierende Sportgeräte. Ballspiele fördern nicht nur Kraft und Ausdauer, sondern auch Teambildung, Kreativität, peripheres Sehen und Koordination. Zudem gibt es immer irgendeinen Ball in der Turnhalle, wodurch sich schnell ein Spiel spielen lässt. Doch oft spielt man immer wieder dieselben Ballspiele. In dieser Fortbildung werden unterschiedlichste Ballspiele vorgestellt, sodass es in der Bewegungsstunde nie langweilig wird und die Kinder immer wieder neu herausgefordert werden.

LG:	SJ22-340
Termin:	14.05.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Simone Bernardy
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Sport im Primärbereich“

■ Wahrnehmungsschulung für Kinder von 2 bis 4 Jahre

Eine gezielte Motorik ist das Ergebnis der Zusammenarbeit aller Sinne. Zum Sitzen, Krabbeln, Laufen, Greifen und Schreiben brauchen wir alle Sinne. Wenn ich mich bewege, nehme ich meine Umwelt wahr. Kann ich mich nicht bewegen, bekomme ich zu wenig Information. Kann ich nicht wahrnehmen, weiß mein Körper nicht, was er tun soll. Daher ist Wahrnehmungsentwicklung auch motorische Entwicklung. Eine gesunde Entwicklung braucht das Zusammenspiel von Wahrnehmung und Motorik. Mit der Wahrnehmung und Motorik entwickeln sich auch Denken, Sprache, Gefühle und soziale Kompetenzen. In dieser Fortbildung werden verschiedene Techniken der Wahrnehmungsschulung für Kleinkinder vorgestellt.

LG:	SJ22-341
Termin:	14.05.2022
Ort:	Gehlert
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Sandra Schneising
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Entspannung, Koordination, Konzentration, Kraft im Kindersport



Unser Alltag wirkt der ursprünglichen Dynamik von Kindern immer mehr entgegen: volles Programm im Alltag, keine Zeit für kreatives Spiel und Bewegungsmangel. Was können Übungsleiter dem in der Sportstunde entgegensetzen? In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer einen Pool an Ideen zur Koordination, Konzentration und Kraft. Von kindgerechte Gymnastik (Kraft, Koordination, vorbereitende Elemente für Turnen und Akrobatik) über Spielmöglichkeiten bis zu Entspannung reichen die Inhalte. Themen wie Defizite der Kinder, Motivation sowie Ruhe und Ordnung in der Sportstunde runden die Fortbildung ab.



**SPORTBUND
RHEINLAND**

COMEBACK DER BEWEGUNG

Wir bewegen Menschen.

ENDLICH WIEDER IM VEREIN:

***MAL WIEDER DAS RUDER
IN DIE HAND NEHMEN.***

WWW.SPORTBUND-RHEINLAND.DE



#ComeBackDerBewegung
#MehrVereinImSport
sportbund-rheinland.de

LG: SJ22-WEB-342
Termin: 21.05.2022, 9 - 12 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referentin: Melanie Schmidt-Scheib

■ Taiji4Fun-Kids aktiv entspannt

Diese Fortbildung enthält fantasievolle Stundenbilder für Kinder im Grundschulalter, deren Inhalte aus einer Kombination des chinesischen Bewegungssystems Taijiquan und Qigong und dem allgemeinen Breitensport bestehen. Die spielerischen Übungen in Ruhe und Bewegung sensibilisieren die Körperwahrnehmung der Kinder, trainieren die Koordination und fördern ein respektvolles Miteinander. Weiterhin erhalten die Teilnehmer einen theoretischen Einblick in die kindliche Entwicklung und den Aufbau bestimmter Übungen aus Sicht der traditionellen Chinesischen Medizin.

LG: SJ22-343
Termin: 21.05.2022
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sandra Paliot
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Spiele und Bewegungsangebote im Freien

Aktionen unter freiem Himmel mit Naturgebundenheit an der frischen Luft sind für Kinder und Jugendliche ein Highlight. Die Natur bietet auf der einen Seite zahlreiche Möglichkeiten, die in die Aktionen eingebunden werden können. Auf der anderen Seite können die Gegebenheiten in der Natur auch einschränken. Ihr lernt aktiv Spiele und Aktionen kennen, die für das freie Gelände, egal ob Wiese, Acker oder Wald, geeignet sind.

LG: SJ22-344
Termin: 11.06.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: David Sindhu
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Abenteuer- und Erlebnissport“, Betreuerzertifikat

■ Faszien-Yoga für Kinder und Jugendliche



Nur mit Hilfe der Faszien bewegen wir uns kraftvoll und elastisch! Muskeln sind nicht unsere alleinige Energiequelle für Bewegung. Ein Teil der Kraft kommt aus den Faszien, die in der Lage sind, Energie zu speichern und „katapultartig“ freizusetzen. Was sind Faszien, was bewirken sie und wie kann ich sie trainieren? Haben Kinder und Jugendliche ein Faszientraining nötig? Worauf sollte man dabei achten? Gibt es Unterschiede zum Faszientraining mit Erwachsenen? Ein ausgewogenes Training der Faszien besteht aus Kraftaufbau-Übungen mit und ohne BlackRoll, Fascial Release mit der BlackRoll, Faszien-Pilates und Faszien-Yoga.

LG: SJ22-WEB-345
Termin: 15.06.2022, 17 - 18.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Mandy Jung
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Entspannung, Koordination, Konzentration, Kraft im Kindersport

Unser Alltag wirkt der ursprünglichen Dynamik von Kindern immer mehr entgegen: volles Programm im Alltag, keine Zeit für kreatives Spiel und Bewegungsmangel. Was können Übungsleiter dem in der Sportstunde entgegensetzen? In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer einen Pool an Ideen zur Koordination, Konzentration und Kraft. Von kindgerechte Gymnastik (Kraft, Koordination, vorbereitende Elemente für Turnen und Akrobatik) über Spielmöglichkeiten bis zu Entspannung reichen die Inhalte. Themen wie Defizite der Kinder, Motivation sowie Ruhe und Ordnung in der Sportstunde runden die Fortbildung ab.

LG: SJ22-346
Termin: 25.06.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Melanie Schmidt-Scheib
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Let's Dance – Tanzkombinationen und Choreographie für Kinder

Der Altersklasse entsprechende Schrittkombinationen aus den Bereichen Jazz- und Modern Dance inklusive Warm Up, Aufbau von Schritten und Schrittvarianten sowie einfache Hebeelemente sind Inhalt dieser Fortbildung, genauso wie ein bis zwei ansprechende Choreographien. Darüber hinaus werden Musik- und Themenwahl sowie die Vermittlung der Choreographie besprochen. Weitere Punkte können von den Teilnehmern mit eingebracht werden.

LG:	SJ22-347
Termin:	02.07.2022
Ort:	Gehlert
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Melanie Schmidt-Scheib
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Sport im Primarbereich“

■ Laufen, Springen, Werfen – Hinführung zum Sportabzeichen

Ziel der Veranstaltung ist es, den Kindern und Jugendlichen die Vielfältigkeit der Leichtathletik einfach näher zu bringen. Die Übungen sind für den Breitensport ausgewählt. Verschiedene Disziplinen werden beispielhaft erarbeitet und mit unterschiedlichen Übungen und Materialien vermittelt. Neben hauptsächlich Praxisbeispielen wird die Theorie zu verschiedenen Techniken anschaulich erklärt sowie ein beispielhafter Trainingsplan erstellt, um Kenntnisse aufzufrischen und neue Ideen zu geben. Die Veranstaltung soll aufzeigen, wie es nach dem Kinderleichtathletik-Konzept im Training weitergehen kann.

LG:	SJ22-348
Termin:	02.07.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Sabrina Pohl

■ Soziales Lernen mit Kleinen Spielen

In der Fortbildung werden variantenreiche und abwechslungsreiche kleine Spiele vorgestellt, die sportartenunabhängig sind, d.h. als selbständige, eigene Spiele aufgefasst werden mit dem Ziel, vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Neben dem hohen Spaßfaktor ist die Chance, das soziale Miteinander der Gruppe zu stärken, besonders hoch. Diese Fortbildung zeigt Konzepte und Beispiele, die vor allem auch die Persönlichkeitsbildung in den Mittelpunkt rücken und so für das Gesamtgefüge der Sportgruppe gewinnbringend sind.

LG:	SJ22-349
Termin:	09.07.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Dominik Weiler
Hinweis:	Verlängerung Betreuerzertifikat

■ Yoga für Kinder von 4 bis 10 Jahren

In unserer heutigen Welt ist der große und kleine Mensch einer Informationsflut ausgesetzt. Im Gegensatz zum Erwachsenen ist ein Kind noch nicht in der Lage, sich zu schützen. Yoga eröffnet Kindern einen Weg, in harmonischer Entwicklung ihre Persönlichkeit zu entfalten und sich als Teil des Ganzen zu fühlen. Im Mittelpunkt des Übens steht die Erfahrung, durch einfache sanfte Übungen das Körper- und Raumgefühl zu entwickeln sowie sich und die Umgebung näher kennen zu lernen. In dieser Fortbildung werden Yogaübungen, Kursplanung, -aufbau, -durchführung und diverse Entspannungstechniken für Kinder im Alter von vier bis zehn Jahren erlernt.

LG:	SJ22-350
Termin:	09.07.2022
Ort:	Konz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Silvia Sonntag
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenzen „Sport im Elementar- / Primarbereich“



Foto: LSB RLP / iStock

■ Fitness in der Natur

Leider findet das Leben vieler Kinder und Jugendlicher immer mehr in Kindergärten, Tagesstätten, Schulen, Indoor-Freizeitanlagen und Wohnräumen statt. Aufgrund des durch die Corona Pandemie verursachtem „Home-schooling“ und dem Verbot gemeinsam zu spielen, toben, Sport zu treiben usw. degeneriert die körperliche Fitness, geistige Mobilität und die seelische Ausgeglichenheit immer mehr. Daher raus in die Natur, sehen, hören, tasten, riechen, fühlen, wahrnehmen und dabei aktiv bewegt werden. Fitnessübungen in und mit der Natur.

LG: SJ22-351
Termin: 16.07.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Familienabenteurer

Ein unvergessliches Erlebnis für Groß und Klein erwartet die Teilnehmer. Dieses Wochenende verknüpft auf abwechslungsreiche Weise eine Fortbildung im Jugendbereich mit einem abenteuerreichen Familienwochenende, gemeinsam mit dem Nachwuchs. Offen für Verrücktes aller Art? Spaß an Bewegung? Dann sind diese Aktionen für Groß und Klein, drinnen und draußen, genau das Richtige. Diese Fortbildung bietet zahlreiche Anregungen für Familienaktionen im Verein.

LG: SJ22-352
Termin: 09. - 11.09.2022
Ort: Weibern, Freizeitanlage Brohltal
Gebühr: 89 Euro inkl. Übernachtung und Verpflegung
Dauer: 25 LE
Referenten: Susanne Domschke und Ralph Alt
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Abenteuer- und Erlebnisport

■ Yoga für Kinder und Jugendliche



Während Kinderyoga in Indien schon seit Jahrhunderten praktiziert wird, erfährt Yoga für Kinder in westlichen Ländern erst heute einen regelrechten Boom. Yoga mit Kindern ist angesagt wie nie zuvor. In den Studios wird Yoga für Kinder angeboten, es gibt Yoga für Kindergartenkinder und Yoga für Schulkinder. Doch was genau ist Kinderyoga und brauchen das Kinder überhaupt? Wir zeigen Ihnen, welche positiven Einflüsse Yoga für Kinder mit sich bringt, wie man Kids heranzuführt und welche Yoga-Übungen für Kinder den größten Spaß bringen.

LG: SJ22-WEB-353
Termin: 14.09.2022, 17 - 18.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Mandy Jung

■ Kleinkindersportgruppen

Abwechslungsreiche Sportstunden für Kinder im Alter von zwei bis vier Jahren gestalten und dabei den individuellen Entwicklungsstand eines jeden Kindes berücksichtigen. Tipps und Anregungen dazu werden in dieser Fortbildung vermittelt. Altersgerechte Koordinationförderung und gleichzeitig der Spaß an der Bewegungsvielfalt stehen im Vordergrund einer Sportstunde für diese Altersgruppe.

LG: SJ22-354
Termin: 17.09.2022
Ort: Raubach
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sandra Schneising
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Elemente des Tanzens – Abwechslung in der Kindersportstunde

Das Thema Tanzen bietet eine große Vielfalt. Warum nicht mit einzelnen Elementen des Tanzunterrichts die Kindersportstunde bereichern? Haltungsschulung, tänzerische Bewegungsspiele, selbst entwickelte „Minitänze“ und eine Einstudierung für die nächste Vereinsveranstaltung sollen Beispiele zur Anwendung geben.

Zielgruppe: Übungsleiter, Trainer und alle, die mit Kindern im Grundschulalter arbeiten.

LG: SJ22-355
Termin: 17.09.2022
Ort: Gebhardshain
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Melanie Schmidt-Scheib

■ Kinder lernen Krafttraining

Betrachtet man den Fitnesszustand unserer Kinder und Jugendlichen, stellt man fest, dass athletische Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen oder Werfen nur mangelhaft ausgebildet sind. Hier sollte ein altersgerechtes Athletiktraining ansetzen. Die Fortbildung zeigt einen methodisch-didaktischen Aufbau einer Trainingsstunde, die im Verein umgesetzt werden kann. Durch bereits erprobte Trainingsmethoden, nehmen Sie Erkenntnisse aus dem Profibereich mit und lernen, wie Sie dies in Ihrem Vereinstraining praktisch anwenden.

LG: SJ22-356
Termin: 24.09.2022
Ort: Mayen
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Udo Chandoni
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Prävention“

■ Musik in deinen Ohren? Bewegungsförderung mit Musik

Die musische Erziehung ist eine der wichtigsten Erziehungsbereiche in der Entwicklung des Kindes. Musik ist die gemeinsame Sprache aller Kulturen dieser Welt, unabhängig von Lebensalter, Geschlecht, Intelligenz und körperlichen oder geistigen Behinderungen. Diese Fortbildung dreht sich um Musik und die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Musik. Musik löst im menschlichen Körper Gefühle oder Emotionen aus, wird verbunden mit alltäglichen Erlebnissen oder dient der Motivation. Doch nicht nur Erwachsene profitieren vom Sport mit Musik, sondern auch Kinder und Jugendliche.

LG: SJ22-357
Termin: 24.09.2022
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Tamara Fox, Louisa Diesinger
Hinweis: Verlängerung Betreuerzertifikat

■ Neue und spannende Spiele für den Kinder- und Jugendsport

Präsentiert werden unterschiedliche kleine Spiele aus der Gruppe der „Perfect Games“. Diese basieren auf dem biopsychosozialen Sportmodell und vereinen körperliche, psychische und soziale Lernziele im spielerischen Grundlagentraining. Anhand vieler neuer, spannender und einfach umzusetzender Spielideen erfahren alle Teilnehmer, wie z.B. Vertrauen, Mut, Kooperation, Kommunikation, Fair Play, Perspektivenübernahme und Impulskontrolle spielerisch vermittelt werden können. Dabei reicht das Spektrum von einfachen Spielen ohne Material und Vorbereitung bis hin zu komplexen und anspruchsvollen Actionspielen, die sich allesamt in das Training jeder Sportart integrieren lassen.

LG: SJ22-358
Termin: 08.10.2022
Ort: Idar-Oberstein
Kosten: 30 Euro
Gebühr: 8 LE
Referent: Prof. Dr. phil. Sven Schneider
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Primarbereich“

■ Ideenliste Eltern-Kind-Sport

Sie sind schon lange im Eltern-Kind-Sport oder Kleinkindersport tätig und wünschen sich ein paar neue Anreize für abwechslungsreiche oder fantasievolle Stunden? Der Aufbau Ihrer Gerätelandschaften wiederholt sich und Ihnen fehlen Ideen für den Einsatz neuer Materialien? In dieser Fortbildung erhalten Sie Impulse, wie man mit alltäglichen Gegenständen oder kleinen Spielmaterialien eine Stunde „aufpeppen“ und Bewegungsreize für die Kinder setzen kann. Gerne soll auch ein Austausch unter den Teilnehmern erfolgen, sodass am Ende des Tages ein Fundus an neuen Ideen und Möglichkeiten zur Gestaltung einer tollen Turnstunde entstanden ist.

LG: SJ22-359
Termin: 08.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sandra Kempert
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Entspannungstechniken für Kinder

Kopfschmerzen, Magenschmerzen, Herzrasen, Schlaflosigkeit, Angstzustände und Wutausbrüche sind nur einige wenige Symptome, unter denen unsere stressgeplagten Kinder leiden. In der Schule, beim Sport, aber auch zuhause ist dieser Druck spürbar. Wie soll aber ein Kind sich konzentrieren und Leistung bringen können, wenn es unentwegt dieser Anspannung ausgesetzt ist? In dieser Fortbildung lernen Sie verschiedene Entspannungstechniken, -formen und -kurse, von der richtigen Ausführung bis hin zu ihrer Bedeutung und Wirkung auf die Kinder kennen.

LG: SJ22-360
Termin: 15.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Sonntag
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“, Betreuerzertifikat

■ Wir werden wieder fit!

Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit sind elementar für ein gesundes Leben und müssen immer wieder gefordert und gefördert werden. Aufgrund des Homeschooling und der geschlossenen Hallen konnten sich viele Kinder nicht ausreichend bewegen, sodass die genannten Faktoren umso mehr trainiert werden müssen. In der Fortbildung werden Spiele und Wettkämpfe für Kinder ab sieben Jahren vorgestellt, wodurch die Kinder mit Spaß und Kreativität ihre Motorik verbessern.

LG: SJ22-361
Termin: 05.11.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Simone Bernardy
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementar- und Primarbereich“

■ Spiele und Übungen mit dem Schwerpunkt Schnelligkeit

Schnelligkeitstraining kann hochintensiv und sehr motivierend sein. In bestimmten Spiel- und Trainingsformen lassen sich die Aspekte „Spaß“ und „Trainingsarbeit“ sehr gut miteinander verbinden. Reaktionsübungen können in einer Trainingseinheit zum Beispiel die großen Spaßbringer sein. Dieser Lehrgang gibt Trainern sowie Übungsleitern aller Fachverbände und Interessierten praxisnahe Tipps zu folgenden Fragen: Welche Spiel- und Trainingsformen kann ich für meine Sportart einsetzen? Welche Spielformen eignen sich für meine Altersgruppe? Welche koordinativen Übungen können bedeutsam sein?

LG: SJ22-362
Termin: 05.11.2022
Ort: Mayen
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Joachim Burgard

■ Integrative Ballspielvermittlung

Grundlagen zu legen für die spätere Ausübung verschiedenster Ballsportarten, ist Inhalt dieser Fortbildung. Sportspielübergreifende Elemente stehen im Vordergrund der Vermittlung, um Kinder und Jugendliche zu sportlichen Aktivitäten zu motivieren. Was früher an Ballspielen auf der Straße möglich war, soll nunmehr in die Halle oder auf dem Sportplatz angeboten werden, um eine Vielzahl an Spiel- und Bewegungserfahrungen zu vermitteln.

LG: SJ22-363
Termin: 12.11.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Bernhard Busenkell-Röser



■ Kleine Spiele für Überall

Wie wichtig kurze Auszeit-Phasen sind und wie wichtig es ist, dass man diese sinnvoll und clever nutzt, wird genau dann kenntlich, wenn man sich mit den Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen näher auseinandersetzt. In den unterschiedlichsten Lebensbereichen stehen Kinder und Jugendliche vor der Herausforderung, sich ständig konzentrieren zu müssen. Wenige Minuten Bewegung reichen aus, um Konzentration und eine höhere Leistungsfähigkeit zu erzielen.

LG: SJ22-364
Termin: 12.11.2022
Ort: Altenkirchen
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Tamara Fox, Louisa Diesinger

■ Bewegtes Lernen für Kinder

Kinder lernen besser, wenn der Lernprozesse ganzheitlich gestaltet wird. Je mehr Sinne angesprochen werden, desto besser können Informationen aufgenommen, verarbeitet und gespeichert werden. Gleichzeitig wird dem Bewegungsmangel vorgebeugt und die motorischen Fähigkeiten der Kinder verbessert. Grund- und Basiskonzepte als Voraussetzung für Kulturtechniken können durch spielerische und bewegungsreiche Methoden erlernt, aufgebaut und vertieft werden. Auch die Kulturtechniken oder Sachwissen können erlernt und erweitert werden. Diese Fortbildung vermittelt Beispiele von bewegten Lernprozessen.

LG: SJ22-365
Termin: 19.11.2022
Ort: Linz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sandra Schneising
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“

■ Selbstbewusstsein stärkende Spiele

Kinderschutz und die Stärkung von Kindern und Jugendlichen gewinnen in vielen Vereinen immer mehr Bedeutung. Doch wie kann man Kindern spielerisch das Thema näher bringen? Wie lassen sich präventive Maßnahmen ins Training integrieren? In diesem Lehrgang stehen Spiele und Übungen im Mittelpunkt, die das Selbstvertrauen von Kindern gezielt stärken. Eine Bereicherung für das tägliche Training in allen Sportarten!

LG: SJ22-366
Termin: 19.11.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Susanne Weber

■ Intensives Training im Kinder- und Jugendsport

In dieser Fortbildung erhalten Übungsleiter wichtige Hilfen zur Steigerung der Bewegungsintensität in der Übungsstunde. Welche Aufstellungs- und Organisationsformen können hilfreich sein? Wie gestalte ich eine intensive Spiele-/Übungsstunde? Welche Turnierformen und/oder Poolpläne kann ich gut in meiner Sportart verwenden, damit die „Post abgeht“? Wir werden alle Hilfen praktisch erproben und hinsichtlich der Eignung für bestimmte Sportarten beleuchten. Aktive Mitarbeit ist bei dieser Fortbildung erwünscht!

LG: SJ22-367
Termin: 19.11.2022
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Joachim Burgard
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz „Prävention“

■ Neurozentriertes Training für Kinder und Jugendliche



Was ist dran an dem Hype vom neurozentrierten Training und ist es was für Kinder und Jugendliche? Wie arbeitet überhaupt unser Gehirn? Warum ist unser Gehirn die Grundvoraussetzung für Bewegung und inwiefern kann diese Trainingsform die Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung unterstützen. In diesem Web-Seminar geht es um die Antworten all dieser Fragen, den Sinn, den Aufbau und die Integration von neurozentriertem Training.

LG: SJ22-WEB-368
Termin: 21.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Silvia Sonntag

■ Kindersport leicht gemacht

Die positiven Wirkungen von Sport und Bewegung sind weitläufig bekannt. Zudem hat der Sport einen großen Einfluss auf die soziale Entwicklung der Kinder und Jugendlichen. Daher sollte es unser Ziel sein, durch Bewegung den Kindern einen dauerhaft gesunden Lebensstil zu vermitteln und zu ermöglichen. Oft fehlen uns Ideen, Geräte und Material, den klassische Kindersport in der Halle zu gestalten. In dieser Fortbildung werden viele Ideen und Möglichkeiten aufgezeigt und erarbeitet, um die Kleinsten sportlich, aktiv zu begeistern und mit guter Laune und Spaß zu machbaren Übungen zu motivieren.

LG: SJ22-369
Termin: 26.11.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber



Freiraum für Ihren Verein!

Die Kletterwälder Sayn, Hennef und Vulkanpark verbinden Spaß, Sport, Natur und Nervenkitzel. Kombiniert mit speziellen Programmen eignen sie sich somit hervorragend für zahlreiche Aktionen rund um Ihren Verein.

Kletterwald Sayn, Hennef und Vulkanpark – Viel Spaß im Baum!

Ein sportliches Abenteuer, weit weg von den Bewegungen, die die Mitglieder aus der eigenen Sportart wahrscheinlich zu Genüge kennen, mit neuen Herausforderungen und Erfahrungen, die einen ganzheitlichen Ansatz verfolgen.

Die Grenzerfahrungen jedes Einzelnen und das kollektive Erlebnis im Kletterwald stärken den Teamgedanken – wichtig für jede Mannschaft.

Diese Verbindung von Gruppenerlebnis und individuellem Abenteuer entspricht ganz dem Zeichen der Zeit und macht den Kletterwald zum perfekten Ausflugsziel für Vereine jeder Altersstruktur.

Für Mitglieder des Sportbund Rheinland im Vereinsverband (mindestens 12 Mitglieder) gibt es Rabatt.

Gerne erstellen wir individuelle Programme für jede Altersstruktur. Wir freuen uns darauf, Sie und Ihre Gruppe in den Kletterwäldern Sayn, Vulkanpark und Hennef zu begrüßen.

Verein vereint – Viel Spaß im Team!

Spaß? Team? Natur? Unser Programm „Verein vereint“ bringt alles unter einen Hut. Ein aktionsreicher Tag in unseren Kletterwäldern baut auf einem pädagogischen Programm auf, das die Stärkung von Teamplay, Kommunikation und Gemeinschaft zum Ziel hat.

Das fängt schon bei der Planung an: Wir entwerfen unsere 5-6-stündigen Programme zusammen mit Ihnen – nach Ihren Bedürfnissen.

Der Bezug zur Natur und der soziale Umgang miteinander stehen dabei stets im Vordergrund. Nach dem Programm am Boden geht es natürlich ans Klettern im Kletterwald!

Gerne planen wir ein individuelles Barbecue, damit auch für das leibliche Wohl gesorgt ist. Das Programm von Verein vereint ist für alle Vereine geeignet und variiert inhaltlich entsprechend der Altersstufe.

Für diese Programme bieten wir für Mitglieder des Sportbund Rheinland besondere Konditionen an. Nehmen Sie einfach unter der **Telefonnummer 02622 98692-60** oder per E-Mail an **info@freiraum-erlebnis.de** Kontakt mit uns auf. Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Website **www.freiraum-erlebnis.de**

■ Kreative Stationen für Bewegungslandschaften

Mithilfe von Bewegungslandschaften wird die Motorik von Kindern spielerisch gefördert. Hierbei müssen jedoch unterschiedliche Reize gesetzt werden. Dafür benötigt man eine Vielfalt von Aufbaumöglichkeiten. In der Fortbildung werden die unterschiedlichsten Bewegungsstationen vorgestellt, um neue Reize zu setzen und das motorische Lernen zu fördern. Die Bewegungsstationen können und werden in Bewegungslandschaften eingebaut, sodass kreative Bewegungslandschaften für das Turnalter ab drei Jahre entstehen. Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.

LG:	SJ22-370
Termin:	26.11.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Simone Bernardy
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementarbereich“, Betreuerzertifikat

■ Warm-up und Koordinationstraining

Die koordinativen Fähigkeiten bilden ein Grundgerüst für nahezu jede Sportart. Dabei bieten viele Disziplinen unterschiedliche Ansätze, an das Thema heranzugehen und Kinder sowie Jugendliche zu begeistern. Die Fortbildung soll Anreize bieten, neue Wege im Koordinationstraining kennenzulernen und alte Muster wieder zu entdecken. Dabei steht der interdisziplinäre Ansatz im Mittelpunkt – Synergieeffekte zwischen den einzelnen Sportarten sollen bewusst ausgenutzt werden.

LG:	SJ22-371
Termin:	26.11.2022
Ort:	Idar-Oberstein
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Erik Schmidt
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Prävention“

■ Kondition und Koordination im Jugendsport

Die sportliche Leistung durch gesundheitsorientiertes Training zu verbessern oder zumindest zu erhalten ist auch im Kinder- und Jugendsport ein Bedürfnis. Kondition und Koordination sind u.a. zum Erwerb des Sportabzeichens, bei Ballsportarten sowie im Tanzsport wichtige Elemente sportlichen Trainings. Wie ein Erfolg versprechender Trainingsprozess gestaltet und welche Trainingsmethoden unter Beachtung biologischer und physiologischer Grundlagen angewendet werden sollten, erfahren die Teilnehmer bei diesem Lehrgang.

LG:	SJ22-372
Termin:	03.12.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Bernhard Busenkell-Röser
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Prävention“

■ Neue Ideen für den Abenteuersport in der Halle

Im Mittelpunkt der Fortbildung stehen Spiele, Übungen, Konstruktionen und Aufbauten des Abenteuersports in der Halle. Dabei werden traditionelle Sportgeräte zweckentfremdet und dienen zum Sammeln neuer Bewegungserfahrungen. Besonderes Augenmerk soll bei der alternativen Nutzung der traditionellen Sportgeräte auf den Sicherheitsaspekt gelegt werden, ohne dabei die beabsichtigte Abenteuer- und Wagnisperspektive zu vernachlässigen.

LG:	SJ22-373
Termin:	03.12.2022
Ort:	Kirchberg
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	David Sindhu
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz Abenteuer- und Erlebnissport

■ Kindgerechtes Tai Chi und Qi Gong



Groß und Klein sind heute einer Informationsflut, einem immensen Leistungsdruck und Terminstress ausgesetzt. Im Gegensatz zu Erwachsenen ist ein Kind noch nicht in der Lage, sich zu schützen. Stress ist hierbei ein Hauptverursacher verschiedener psychischer und physischer Probleme bis hin zu ernsthaften Erkrankungen. Kindgerechtes Tai Chi und Qi Gong geben dem Kind hierbei eine Auszeit und helfen ihm, sich stark und selbstbewusst dabei zurechtzufinden. In diesem Web-Seminar lernen Sie die verschiedenen kindgerechten Möglichkeiten bei Tai Chi und Qi Gong mit kurzer Einführung in die Planung, Aufbau, Durchführung und Nachbereitung eines solchen Kurses kennen.

LG:	SJ22-WEB-374
Termin:	03.12.2022, 9 - 12 Uhr
Ort:	Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr:	20 Euro
Dauer:	4 LE
Referentin:	Silvia Sonntag

■ Spiele zur Verbesserung koordinativer Fähigkeiten

Für eine erfolgreiche Altersbewältigung sowie den langfristigen Erhalt der Gesundheit, aber auch für die Aneignung sportartspezifischer Fertigkeiten sind koordinative Fähigkeiten unabdingbar. In der kindlichen Entwicklung bilden diese eine elementare Basis. Vor allem bei Kindern im Alter von sechs bis circa zwölf Jahren ist ein positiver Entwicklungszuwachs zu erkennen. Zudem gilt diese Kindheitsphase als Zeitraum der günstigen Trainierbarkeit. In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit den koordinativen Fähigkeiten bei Kindern. Welche sind das noch gleich? Und warum macht es Sinn, diese bei Kindern zu schulen? Finden wir's heraus.

LG:	SJ22-375
Termin:	10.12.2022
Ort:	Montabaur
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Carmen Taddei
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Sport im Elementar- / Primarbereich“

■ Übungen und Spiele mit dem Schwerpunkt Koordination

Verschiedene Übungen und Spiele aus den unterschiedlichsten Sportarten werden präsentiert und auf ihre Eignung zur Koordinationsschulung überprüft. Wer schon immer mal das Geheimnis lüften will, wie man drei Gegenstände oder eine ganze Trainingsgruppe gleichzeitig in Bewegung hält, der ist hier genau richtig. Einfache und nachvollziehbare Lehrwege kennzeichnen diese Fortbildung. Aber nicht nur die Auge-Hand-Koordination, auch das Training der Auge-Fuß-Koordination wird thematisiert und durch interessante Übungen praxisnah veranschaulicht.

LG:	SJ22-376
Termin:	10.12.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Joachim Burgard
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz „Prävention“

■ Erfolg mit Mineralstoffen im Kinder- und Jugendsport



Die bedarfsdeckende Zufuhr an Mineralstoffen und Vitaminen ist für die Gesundheit und Leistungsfähigkeit im Kinder- und Jugendsport essenziell. Wenn der Körper aus der Fülle schöpfen kann, ist er in der Lage, genügend Power zu bringen, die Regeneration zu fördern, Leistung zu verbessern und das Verletzungsrisiko zu senken. Doch was ist wirklich nötig und sinnvoll in der Einnahme? Welche Vitamine können und sollen zusammen eingenommen werden? Mit welchen Supplementen ist eine Infektprevention möglich – gerade in Zeiten von Corona? Wie kann ich den Bedarf mit der täglichen Ernährung unterstützen?

LG:	SJ22-WEB-377
Termin:	13.12.2022, 17 - 18.30 Uhr
Ort:	Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr:	10 Euro
Dauer:	2 LE
Referentin:	Elke Buschbaum

Foto: LSB RLP / iStock / SerrNovik

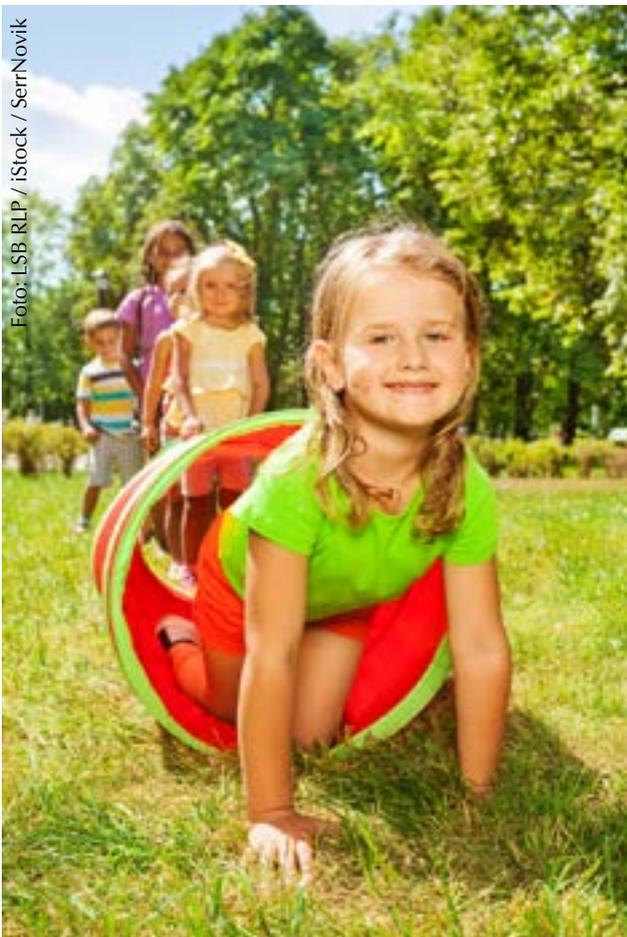




Foto: LSB RLP / iStock / Bojan89

■ Ernähren und Trinken im Sport

Lebensmittelauswahl, Getränke und Mahlzeitentiming können die gewünschte Zielsetzung von Sportlern unterstützen – sei es Gewichtsreduktion, Muskelaufbau oder Fettstoffwechseltraining. Aber was ist eigentlich eine geeignete und sinnvolle Ernährung je nach Zielsetzung? Wie kann der Flüssigkeitshaushalt optimal ausgeglichen werden und welche Empfehlungen gibt es für das Ess- und Trinkverhalten?

LG: BSB22-200

Termin: 08.01.2022

Ort: Koblenz

Gebühr: 30 Euro

Dauer: 8 LE

Referentin: Lisa Könings

■ Fit und gesund im Büro

In diesem Seminar werden neben den Bewegungsmöglichkeiten zur Entspannung auch gymnastische Übungen im Büro aufgezeigt, welche den Körper entspannen und den Geist beruhigen. Der Büro-Arbeitsplatz wird zum kleinen Fitness-Studio. Beispiele zur Gesunderhaltung und das positive Einstellen mit einigen Bewegungsübungen und Anregungen für Naturexkursionen runden dieses Seminar ab.

LG: BSB22-201

Termin: 14.01.2022, 17.30 - 20.30 Uhr

Ort: Koblenz

Gebühr: 20 Euro

Dauer: 4 LE

Referent: Wolfgang Holzmann

Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Psychologie in der Trainingsführung



Wie kann man Menschen im Sport positiv und vor allem andauernd motivieren? Wodurch kann man Konflikte nachhaltig lösen? In dieser Fortbildung sollen Konzepte und Techniken der positiven Psychologie anwendungsorientiert für den Sport erarbeitet werden, um diese künftig aktiv in der Kommunikation und Trainingsführung anwenden zu können.

LG: BSB22-WEB-202

Termin: 15.01.2022, 15.30 - 17 Uhr

Ort: Online – von Ihrem Zuhause

Gebühr: 10 Euro

Dauer: 2 LE

Referent: Dr. Christian Peter Oehmichen

Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Prävention statt Reha

Bewegt und fit älter werden! In dieser Fortbildung werden gezielte Übungen gegen Alterserscheinungen und Schwächen des Bewegungsapparates vermittelt. Denn Prävention- und Gesundheitstraining ist im Alter wichtig und Vorsorge ist besser als Nachsorge!

LG: BSB22-203
Termin: 29.01.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Neuroathletik/-performance – Einblicke in das neurozentrierte Training

In diesem Neuroathletik-Workshop erhalten Sie einen ersten Einblick in die Neuroanatomie und das neurozentrierte Training. Wir beschäftigen uns ganz praktisch mit dem visuellen, vestibulären und propriozeptiven System. Sie werden Übungen kennenlernen, die sowohl zu einer Schmerzreduktion als auch zur Steigerung der Mobilität bzw. der Leistung führen können. Sie erfahren am eigenen Körper, wie einfach und doch komplex dieser Ansatz ist. Lassen Sie sich überraschen und begeistern.

LG: BSB22-204
Termin: 29.01.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Andreas Könings
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Fit ins Frühjahr mit Yoga



Der online-Workshop wendet sich an Kurs- und Übungsleitende, die gezielt Übungen für die Frühjahrsfitness anbieten möchten. Nach einem Impulsreferat werden Übungen für das Immunsystem, für Stoffwechsel und den Energiehaushalt durchgeführt. Das Thema Tiefenentspannung kommt ebenso zur Sprache wie Meditationen gegen schlechte Stimmung und Frühjahrsmüdigkeit. Tipps für den Alltag - auch ohne Yoga - runden den Workshop ab.

LG: BSB22-WEB-205
Termin: 05.02.2022, 15.30 - 18 Uhr
Ort: Online – von Ihrem zu Hause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 3 LE
Referentin: Dagmar Völpel

■ Hula Hoop



Hula Hoop ist gerade wieder voll im Trend. Ob zu Hause oder im Verein, ob klein oder groß, das Spiel mit dem Reifen weckt enorme Begeisterung. In diesem Workshop soll ein Blick auf die Vielfältigkeit des Reifens gelegt werden. Ob Hula Hoop-Workout, Hoopdance oder Hoop-Manipulation; alle Teilnehmer erhalten einen Überblick über die unterschiedlichen Möglichkeiten, den Reifen als Requisite zu nutzen.

LG: BSB22-WEB-206
Termin: 17.02.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem zu Hause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Inga Schäfer

■ Koordinationstraining neu interpretiert

Üben dürfen, nicht können müssen! Denn im Koordinationstraining geht es darum, immer aufs Neue ungewohnte Bewegungen durchzuführen. So verbessert eine gute Koordination die Sicherheit im Alltag und führt im Sport zu einer harmonischen, ökonomischen und zielgerichteten Bewegung. Die Koordination als übergeordnete motorische Fähigkeit verbessert somit auch die Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer und ist eng mit einer guten Körperwahrnehmung verknüpft.

LG: BSB22-207
Termin: 19.02.2022
Ort: Simmern/Hunsrück
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sabine Brecht-Kubach
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Nachhaltiges Konfliktmanagement



Konflikte gehören zum menschlichen Leben dazu, sie können aufgrund unterschiedlicher Einstellungen und Bedürfnisse entstehen. Die entscheidende Frage ist jedoch, wie die Beteiligten mit ihnen umgehen. Wodurch kann ich also Konflikte nachhaltig lösen? In diesem Seminar sollen ausgehend von psychologischen Ansätzen mögliche Ursachen und dadurch ebenso Lösungswege, vor allem auch Kommunikationsstrategien bei Konflikten, erarbeitet werden.

LG: BSB22-WEB-208
Termin: 19.02.2022, 15.30 - 17 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referent: Dr. Christian Peter Oehmichen
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Mentale Stärke mit Yoga

Der Mensch besteht aus Körper, Geist und Seele. Die einseitige Konzentration auf den Körper führt zu einer Begrenzung der sportlichen Leistungsfähigkeit. Mit Mentaltraining können persönliche Leistungsgrenzen aufgehoben werden. Dieses Seminar zeigt allgemeine Möglichkeiten der Anwendung von Mentaltraining und Hypnose im Sport. Für den individuellen Einsatz ist die direkte Zusammenarbeit mit einem ausgebildeten Hypnotiseur notwendig.

LG: BSB22-209
Termin: 19.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Blum

■ Gedächtnistraining mit Finger Fit

Unsere Finger gehören zu den wichtigsten Körperteilen. Ohne unsere Finger könnten wir nicht schreiben, nicht essen oder die Zähne putzen. Zudem sind Fingerübungen sehr gut dazu geeignet, die Feinmotorik zu schulen und das Gedächtnis effektiv zu trainieren. Hier lernen Sie die wichtigsten Grundlagen zur Integration des Gedächtnis- und Fingertrainings in Ihr Trainingsprogramm.

LG: BSB22-210
Termin: 19.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Christof Wölk

■ Workshop Functional Training

Das funktionelle Training ist eine Trainingsmethode, die sich in erster Linie an natürlichen, mehrgelenkigen Bewegungen orientiert. Die Muskelgruppen werden nicht isoliert, sondern integriert in verschiedene Bewegungsmuster trainiert. Das Konzept orientiert sich sehr stark an den Bewegungen, die im Alltag und im Sport gefordert werden. Wer Grundlagen und Konzept dieses Fitness-Trends verstehen und im Sportverein anwenden will, ist in dieser Fortbildung genau richtig.

LG: BSB22-211
Termin: 26.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Kenneth Ortiz
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Iyengar-Yoga

Beim Iyengar-Yoga demonstrieren wir Lehrer die Haltung und gehen mit den Schülern gemeinsam in sie hinein. Denn der Übende braucht immer ein Korrektiv von außen, das kann niemand alleine leisten. Yoga fördert die Entspannung und wirkt regulierend in akuten Stresssituationen. Die präventive Wirkung von Yoga beschränkt sich aber nicht nur auf Stressabbau. Über einen längeren Zeitraum hinaus geübt, ist das Ergebnis ein leistungsfähiger gesunder Körper und ein wacher Geist.

LG: BSB22-212
Termin: 26./27.02.2022
Ort: Nastätten
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referentin: Hannelore Voll

■ Biomechanik und Training der Wirbelsäule

Rückenschmerzen gelten als Volkskrankheit und betreffen circa 90 Prozent der Deutschen. Doch weshalb leiden so viele Menschen unter Rückenschmerzen? Was ist dran am „Hexenschuss“, „ausgerenkten“ oder „blockierten“ Wirbeln und „eingeklemmten“ Nerven? Diese Fortbildung soll Wissen und neue Anreize vermitteln, um den Umgang mit Rückenschmerzpatienten zu verbessern.

LG: BSB22-213
Termin: 26./27.02.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Thorsten Becker Agelidis
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Trinken im Sport

Der Flüssigkeitshaushalt spielt eine große Rolle im Sport. Dehydrierung geht mit Leistungseinbußen einher, aber es gibt auch ein zu viel des Guten. Wie ist ein optimales Getränk beim Sport zusammengesetzt? Reicht Wasser aus? Was und wie viel soll ich trinken? Diese und weitere Fragen werden in diesem Web-Seminar aufgegriffen und beantwortet.





**WIR
HOPFEN
NUR DAS
BESTE.**

Ein Westerwälder Original:
Bierchen in Ruhe gereift, mit 100% Aromahopfen gebraut
aus granden Bieren, im Namen des ganzen Brauerei-Teams, für jede Saison

hachenburger.de

LG: BSB22-WEB-214
Termin: 03.03.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Lisa Königings

■ Selbstverteidigung für Frauen von Frauen

Frauen sind in Gefahrensituationen oft körperlich unterlegen und werden leicht in die Opferrolle gedrängt. Sie werden zu Opfern von physischer, aber auch vermehrt psychischer Gewalt. Hier handelt sich um ein spezielles Trainingsprogramm mit Verhaltenstraining für Frauen. Ziel ist es, dass Du als Frau Grenzen setzen und diese gegenüber anderen behaupten kannst.

LG: BSB22-215
Termin: 24.09.2022, 09.30 - 17.30 Uhr
Ort: Daun
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 10 LE
Referenten: Jeanette Thull & Heike Hruschka
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Biomechanik und Training der Schulter

Die Schulter ist das bewegungsstärkste Gelenk im menschlichen Körper und wird bei vielen Sportarten gefordert. In diesem Seminar bekommen Sie Einblicke in die Anatomie und Physiologie, in die pathophysiologischen Grundlagen sowie in die Biomechanik des Schultergelenkes. Wir schaffen die Grundlagen, um den sicheren Umgang mit Schulterbeschwerden zu gewährleisten und Sportler präventiv und leistungsorientiert zu betreuen.

LG: BSB22-216
Termin: 12./13.03.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Thorsten Becker Agelidis
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Aikido für Interessierte

Aikido ist ein Weg geistiger und körperlicher Schulung, kein Kampf und kein Wettbewerb. Aikido ist eine friedliche Kampfsportart. Die natürlichen Bewegungen und die Harmonie der Techniken fordern den Körper, zwingen ihn aber nicht zu Höchstleistungen. Konzentration und Selbstbeherrschung sind gefragt. Aikido ist ein Sport für jeden, der etwas Außergewöhnliches vollbringen mag.

LG: BSB22-217
Termin: 12./13.03.2022
Ort: Neuwied
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Klaus Pietschmann

■ Progressive Muskelentspannung nach Jacobson



Viele sind enormem Leistungsdruck und Hektik ausgesetzt, was oft zu Kopfschmerzen, Schlafproblemen bis hin zu schwerwiegenden Krankheiten führen kann. Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (kurz PME genannt) ist eine Bewältigungsstrategie, die gezielt in verschiedenen Stresssituationen einsetzbar ist und damit vor Überlastung schützen kann. Hierdurch werden die Körperwahrnehmung, die Konzentrationsfähigkeit, die eigene und gegenseitige Achtsamkeit gefördert.

LG: BSB22-WEB-218
Termin: 12.03.2022, 10 - 11.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem zu Hause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Silvia Sonntag

■ Funktionelles Krafttraining für Senioren

Auf dem Trainingsplan der Älteren im Sportverein sollte neben Ausdauertraining auch zusätzliches Krafttraining stehen. Funktionelles Krafttraining ist ausgesprochen wirksam, um möglichst lange gesund zu bleiben. Beim Üben mit dem eigenen Körpergewicht, Gewichten und anderen Geräten wird Schritt für Schritt mehr Kraft und Beweglichkeit erarbeitet. Hier lernen Sie, wie Sie diese Übungen ideal in ein Trainingsprogramm integrieren können.

LG: BSB22-219
Termin: 19.03.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Alexandra Stempin

■ Mit Yoga durch den Tag

Morgens für einen guten Start in den Tag, mittags zur Zwischenentspannung und Verdauung, abends zum Runterfahren und Stimmungsausgleich, nachts zur Förderung eines gesunden Schlafs – Yoga kann tatsächlich zu einer nützlichen und wertvollen Unterstützung unseres Alltags werden. Im Workshop „Mit Yoga durch den Tag“ schauen wir uns an, wie das geht.

LG: BSB22-220
Termin: 19.03.2022, 10 - 17 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Dagmar Völpel

■ Laufseminar mit Videoanalyse

Viele Läufer suchen eine qualifizierte Hilfe zur Analyse und Verbesserung der Lauftechnik. Wir führen Videoanalysen aus verschiedenen Ebenen, barfuß und mit Laufschuhen, durch. Anschließend wird die Lauftechnik in aufbauenden Elementen trainiert. Zusätzlich gibt es nützliche Tipps für den Kauf von Laufschuhen. Machen Sie mit dem Wissen aus diesem Seminar ihr Lauftraining zu etwas Besonderem!

LG: BSB22-221
Termin: 19.03.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Klaus Schmidt & Team
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Kraftausdauer 50 plus

Ob Cardiotraining oder Indoor-Cycling, Laufbandtraining, Hantel- oder Gerätetraining. Ab 50 wird alles ein bisschen anders. In dieser Fortbildung besprechen wir anhand vieler Übungen, wie wir altersgerecht trainieren, um die Kraftausdauer zu erhalten und zu verbessern. Fitness kennt kein Alter!

LG: BSB22-222
Termin: 19.03.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Pilates für Fortgeschrittene

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden kleinen Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Grundlage aller Übungen ist das Trainieren des sogenannten „Powerhouse“, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist, die sogenannte Stütz-muskulatur. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt und gleichzeitig wird die Atmung geschult.

LG: BSB22-223
Termin: 26.03.2022
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Andrea Wecker

■ Körperwahrnehmung

Vielen Menschen geht die Erinnerung, wie sich bestimmte Muskelgruppen anfühlen, im Laufe des Lebens verloren. Muskelanspannungen verselbständigen sich, bis man sich nicht mehr frei bewegen kann. Steifheit, Schmerz und eingeschränkte Bewegungsfreiheit sind die Folge. Durch gezielte Übungen lässt sich dieser Prozess umkehren und der Körper lernt neu, sich zu entspannen.

LG: BSB22-224
Termin: 26.03.2022
Ort: Stockum-Püschchen
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Scheyer

■ Bodyweight-, Faszien- und Beweglichkeitstraining

Diese Fortbildung verbindet aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse der Trainingstheorie mit der Praxis des funktionellen Trainings. Die Teilnehmer lernen Selbstmassagetechniken zur Schmerzlinderung und Erhaltung der Beweglichkeit kennen. Sie erfahren neue Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht und dem Slingtrainer. Sämtliche Übungen erweitern das Trainingsspektrum für das private Training oder das Training in der Gruppe.

LG: BSB22-225
Termin: 09./10.04.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referentin: Antonia Pütz

■ Hula Hoop



Hula Hoop ist gerade wieder voll im Trend. Ob zu Hause oder im Verein, ob klein oder groß, das Spiel mit dem Reifen weckt enorme Begeisterung. In diesem Workshop soll ein Blick auf die Vielfältigkeit des Reifens gelegt werden. Ob Hula Hoop-Workout, Hoopdance oder Hoop-Manipulation; alle Teilnehmer erhalten einen Überblick über die unterschiedlichen Möglichkeiten, den Reifen als Requisite zu nutzen.

LG: BSB22-WEB-226
Termin: 31.03.2022, 18 – 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem zu Hause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Inga Schäfer

■ Klangschaalenentspannung für Ältere

Geführte Körperreisen begleitet mit großen Gong- und diversen Klangschaalen lassen Heilungstöne durch das Energiesystem fließen. Dies begünstigt die Körperwahrnehmung und den Yin-Yang-Ausgleich. Tiefe Entspannung bringt die Teilnehmer in ihre „innere Mitte“. Sie sind geerdet und aktivieren ihre Selbstheilungskräfte. Sie starten wieder fit, aktiv und motiviert in den Alltag.

LG: BSB22-227
Termin: 08.10.2022, 09.30 - 17.30 Uhr
Ort: Maring-Noviant
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 10 LE
Referentin: Jeanette Thull

■ Detox Pilates

Im Fokus vieler Pilatesübungen liegt die Körpermitte. Auch unsere Organe, die am Entgiftungsprozess des Körpers beteiligt sind, befinden sich dort. Durch viele sanfte Drehbewegungen fördert man die Durchblutung, regt den Stoffwechsel an und wringt die Organe förmlich aus. Das perfekte Training, um den Säure-Basen-Haushalt wieder in Einklang zu bringen.

LG: BSB22-228
Termin: 02.04.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Zirkeltraining 2.0 – das etwas andere Workout

Diese Fortbildung ist für alle Teilnehmer, die bisher ein Zirkeltraining zu anstrengend oder zu kompliziert fanden. Hier gibt es Zirkel zu den Themen Koordination, Sensomotorik, Partnerübungen, Beweglichkeitsübungen, Gehirntraining sowie verschiedene Ballvariationen. Für jeden ist etwas dabei und es macht viel Spaß.

LG: BSB22-229
Termin: 03.04.2022
Ort: Gehlert
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Melanie Anhäuser
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Kopf und Körper – neue Koordinationsübungen

Komplexe Bewegungsabläufe müssen immer wieder neu gelernt werden. Wichtig ist, dass die Teilnehmer einer Sportgruppe dies als Spaß und positive Herausforderung an sich selbst wahrnehmen. Es werden keine Grenzen gesetzt. Neue Variationsmöglichkeiten und Ideen werden in dieser Fortbildung aufgezeigt.

LG: BSB22-230
Termin: 03.04.2022
Ort: Simmern/Hunsrück
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Monika Blum

■ Kampfkunstbasierende Stress- und Konfliktbewältigung

In diesem Kurzseminar werden folgende Themen behandelt: Belastungen des Alltages – innere und äußere Balance finden, 8-Stufen Modell (Einheit von Körper und Geist), Achtsamkeit, Energiegewinnung durch Konzentration und Konfliktbewältigung. Die Teilnehmer lernen, wie man durch mentale und physische Fitness seine Gedanken ins Positive lenken und aufkommende Belastungen bzw. Emotionen in sich erkennen kann. Die praktischen Übungen geben Impulse zur Stress- und Konfliktbewältigung.

LG: BSB22-231
Termin: 08.04.2022, 17.30 - 20.30 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referent: Wolfgang Holzmann
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Die Natur – Dein Helfer

Bei dieser Fortbildung geht es nicht um sportliche Bewegungsformen, sondern darum, kognitive, mentale und psychosoziale Kompetenzen auszubauen und zu stärken. Hierfür verknüpfen wir das Kommunikationssystem Wald - Mensch. Die Natur als grüner Seminarraum wird zum Lern- und Regenerationszimmer. Atem- und Gehübungen spielen ebenso eine Rolle wie das Stärken der eigenen Ressourcen und der eigenen Wahrnehmung. Also: Komm mit in den Wald!

LG: BSB22-232
Termin: 09.04.2022
Ort: Wolken
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Felicitas Doff-Sotta-Bengel

■ Mobility-Training

Körperliche Beschwerden im Alltag sind oftmals das Resultat fehlender Beweglichkeit. Helfen traditionelle Stretching-Übungen? Welche Dehntechniken gibt es, welche sind am effektivsten? Ist ein Faszien-Training eine Alternative, oder kann eine Verknüpfung von Stretching-Übungen und Faszien-Training die Mobilität verbessern? Gemeinsam erarbeiten wir wirkungsvolle Methoden, um eine hohe Flexibilität zu erhalten oder zurückzugewinnen.

LG: BSB22-233
Termin: 09.04.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Klaus Schmidt
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Einführung in neurozentriertes Training



In diesem Web-Seminar werden die Grundbausteine von neurozentriertem Training und Bewegungssteuerung erklärt. Wie arbeitet unser Gehirn und warum ist es die Voraussetzung für eine optimale Bewegung? Welche Methoden und Ansätze werden bei dieser Herangehensweise verfolgt und was unterscheidet diese von klassischen Trainingsansätzen? Wie kann ich diese neuartige Trainingsform in meine Trainingspraxis integrieren? Viele Fragen werden hier beantwortet.

LG: BSB22-WEB-234
Termin: 21.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referent: Andreas Könings
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Basisch fit – Gesund durchs Jahr

Das Säure-Basengleichgewicht ist die Grundlage unserer Gesundheit und Fitness, um die täglichen Anforderungen zu meistern. In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer einen aufschlussreichen Einblick in die basische Ernährung, abgerundet mit einem Fitness-Wohlfühlprogramm.

LG: BSB22-235
Termin: 23.04.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Christine Wundrack

■ Kommunikationstraining in hohen Belastungssituationen

Wie kann ich in schwierigen Situationen den guten Draht zu meiner Gruppe beibehalten? Was gilt es zu tun, um Konflikte zu deeskalieren, Regeln einzuhalten, Menschen zu motivieren, wenn „die Stimmung auf einmal kippt“? In diesem praxisorientierten Seminar sollen verschiedene psychologische Ansätze konkret umgesetzt werden. Dabei kommen unterschiedliche Methoden zum Einsatz.

LG: BSB22-236
Termin: 30.04.2022, 10 - 15 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 2 LE
Referent: Dr. Christian Peter Oehmichen
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Musik bewegt Körper Geist und Seele

In dieser Fortbildung werden verschiedene Angebote aus dem Bereich „Musik und Bewegung für Senioren“ vorgestellt und ausprobiert. Die Teilnehmer lernen Einsatzmöglichkeiten verschiedener Instrumente kennen. Altbekannte und neue Melodien wecken Erinnerungen und regen zum Mitsingen und zum Mitmachen an. Durch die Vermittlung neuer Bewegungsmuster, z.B. beim Tanzen im Sitzen, wird das Gehirn angeregt. Musik bewegt die Seele, bringt Spaß und Lebensfreude.

LG: BSB22-237
Termin: 07.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Marta Hajunga
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Yoga für Ältere, Modul 1

Für ältere Menschen sind Bewegungsprogramme zur Förderung der Koordination, des Gleichgewichtes und der Motorik von großer Bedeutung, da sie das Verletzungsrisiko und die Sturzgefahr verringern. Neben der Kraft spielt die Koordinationsfähigkeit eine entscheidende Rolle für alle Bewegungen. Je älter die Menschen werden, desto mehr machen sich Ausfälle und Schwächen in diesem Bereich bemerkbar und ab einem bestimmten Punkt leidet auch die Lebensqualität. Hier bekommen Sie Anregungen, dem wirkungsvoll zu begegnen.



**SPORTBUND
RHEINLAND**

13. ÜBUNGSLEITER-FORUM

17. September 2022 – Mülheim-Kärlich

Wir bewegen Menschen.



#ComeBackDerBewegung
#MehrVereinImSport
sportbund-rheinland.de

LG: BSB22-238
Termin: 07.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Blum

■ Training in der Rush-Hour des Lebens

Wer kennt sie nicht, die „turbulenten Zeiten“. Arbeit, Familie und Projekte, für alles nimmt man sich Zeit, alles ist wichtiger. Gesundheit und Fitness werden vernachlässigt, man fühlt sich unwohl und weiß doch, dass man etwas für sich tun sollte. In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer ein ganzheitliches und gesundheitsorientiertes Konzept aus Training, Ernährung und Regeneration kennen. Fit und gesund durch turbulente Zeiten – wir zeigen, wie es geht!

LG: BSB22-239
Termin: 07.05.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Ralf Hammerschmidt

■ Yoga Walking

Yoga und Walking ist eine schöne Kombination, die entspannt und fit macht. Schritt für Schritt gelassener werden und dabei Energie tanken. Durch aktives Gehen, bewusstes Atmen kombiniert mit leichten Yoga-Übungen gelingt es leicht, das Herz-Kreislauf-System zu fördern und dabei entspannt eine kleine Auszeit vom Alltag zu nehmen.

LG: BSB22-240
Termin: 07.05.2022
Ort: Stahlhofen am Wiesensee
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nina Engel

■ Athletiktraining als Leistungsreserve

Sie wollen Freizeit- oder Leistungssportler im Hinblick auf eine gezielte Leistungsverbesserung sowie eine bessere Belastbarkeit im Sport, Beruf und Alltag vorbereiten? Im Fokus dieses Seminars steht das funktionelle Training von physiologischen Bewegungsabläufen bzw. Bewegungsmustern zur Optimierung der sportlichen Fähigkeiten mit und ohne Trainingshilfsmittel. Hier erwerben Sie die Kompetenzen, um ihre Trainingsplanung und Steuerung vielseitiger und effizienter zu gestalten.

LG: BSB22-241
Termin: 07.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Gilani Lück
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Fit und entspannt in den Feierabend



Unser Alltag ist voller Stress und Belastung, oft nehmen wir beides mit in den Schlaf. In diesem Workshop lernen wir verschiedene Entspannungstechniken kennen, die leicht in den Alltag zu integrieren sind, um wieder Ruhe und Kraft schöpfen zu können. Lernen Sie mit uns das bewusste Abschalten, um Kraft für neue Leistung zu tanken.

LG: BSB22-WEB-242
Termin: 12.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Daniela Ecker

■ MTB Fahrtechnikseminar

Durch eine gute Fahrtechnik spart man Kraft und bekommt mehr Sicherheit auf dem Mountainbike. Erlerne das Gelände richtig zu lesen und erfahre mehr über die richtige Körperhaltung. Weitere Programmpunkte sind Übungen zur Verbesserung der Balance und des Gleichgewichts, Brems- und Kurventechniken sowie das Erlernen der Königsdisziplin, dem „Bunny Hop“.

LG: BSB22-243
Termin: 14.05.2022
Ort: Boppard
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Frank Meißner

■ Fitnessbalance – altersgerechtes Training

Oft kommt auch im Sport der so genannte „zweite Frühling“ und viele streben übers Ziel hinaus. Oft wurde in jüngeren Jahren die sportliche Aktivität vernachlässigt, doch plötzlich möchte man nochmal alles geben. Was dabei gut und richtig ist, Sinn macht oder eher kontraproduktiv ist, vermittelt diese Fortbildung.

LG: BSB22-244
Termin: 14.05.2022
Ort: Lieser
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Denk- und Bewegungsspaziergänge

Warum die Übungseinheiten nur in der Halle anbieten? Bei schönem Wetter lassen sich viele Übungen auch draußen im Gehen, als Paarübung, in der Gruppe oder im Kreis durchführen. Durch die freie Natur, die Umgebung mit einbeziehend und an der frischen Luft lassen sich die Sinne auf vielfältige Weise anregen. Angeboten werden Bewegungsübungen gepaart mit Gedächtnistraining, die bei Spaziergängen oder Wanderungen zusätzlich für Abwechslung sorgen können.

LG: BSB22-245
Termin: 14.05.2022
Ort: Simmern/Hunsrück
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Christof Wölk

■ Die Wirbelsäule – mobil, stabil oder beides

Rückenschmerzen sind der häufigste Grund für Krankenschreibungen. Wie soll die Wirbelsäule mobilisiert werden? Welche Übungen bringen gute Stabilität? In der Fortbildung lernen Sie die Anatomie der Wirbelsäule in Theorie und Praxis kennen. Anhand unterschiedlicher Krankheitsbilder erarbeiten wir indikationsspezifische Trainingsmöglichkeiten mit und ohne Gerät bei akuten sowie chronischen Beschwerden.

LG: BSB22-246
Termin: 14.05.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Klaus Schmidt & Peter Wehner

■ Gesunde Ernährung



Wie sollte die gesunde, vollwertige Ernährung heute aussehen? Welche Besonderheiten gibt es bei einer sport- und leistungsgerechten Ernährung zu beachten? Dieses Web-Seminar gibt Aufschluss über eine gute Energiebilanz, die Zusammensetzung der Nahrungsmittel und Tipps für die Umsetzung in den Alltag.

LG: BSB22-WEB-247
Termin: 16.05.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Nina Engel

■ Yoga auf dem Stuhl

Das Seminar wendet sich an Übungsleiter, die Angebote umsetzen möchten für „Menschen, die nicht so können, wie es geschrieben steht“ (Generation 50 +/ Senioren/ Menschen mit körperlichen Einschränkungen). Die Teilnehmer lernen einfach auszuführende Übungen und Meditationen aus dem Kundalini Yoga kennen, die den Menschen sowohl auf körperlicher und mentaler Ebene ansprechen und die sich speziell für Menschen mit eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten eignen.

LG: BSB22-248
Termin: 21.05.2022, 10 - 17 Uhr
Ort: Adenau
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Dagmar Völpel

■ Mentaltraining für Sportler

Sie merken, dass Sie Ihre Leistung im Wettkampf nicht optimal abrufen können, obwohl Sie im Training eine super Leistung erbracht haben? Vielleicht liegt das an einer mentalen Blockade. Studien haben gezeigt, dass der mentale Anteil am Erfolg bei 30 bis 60 Prozent liegt. In dieser Fortbildung werden wir uns mit unseren Gedanken und Zielen so auseinandersetzen, dass Sie für sich einen neuen, anderen und besseren Weg finden können, um Ihre Ziele zu erreichen.

LG: BSB22-249
Termin: 21.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Nic Adler
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Entspannung mit Mehr(Nähr)Wert

Wie verknüpfe ich Entspannung mit den Sinnen? Zum Beispiel durch Phantasiereisen mit Kaffee, Schokolade, Orangen, etc.. Wirkung, Möglichkeiten und Lerneffekte durch den Einsatz und die Verstärkung von leckeren Kleinigkeiten und Überraschungen werden hier erprobt. Der perfekte Abschluss von anstrengenden Trainingsstunden oder nur als Entspannungsvariante. Konzepte, Vorschläge und viele Infos zu Entspannung & Co. werden Inhalte dieser Fortbildung sein.

LG: BSB22-250
Termin: 22.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Melanie Anhäuser

■ Kinesiotape im Breitensport

Kinesiotape ist aus dem Breiten- und Leistungssport nicht mehr wegzudenken. In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer die Grundlagen des Kinesiotapings mit besonderem Fokus auf die Bedürfnisse im Breitensport kennen. Wirkmechanismen, Tapeanlagen bei typischen Sportverletzungen und aktuelle Evidenz werden neben vielen Inhalten in dieser Fortbildung diskutiert und praktiziert.

LG: BSB22-251
Termin: 22.05.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Thorsten Becker Agelidis
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Langhanteltraining für alle Sportarten

Die Langhantel ist ein hervorragendes Trainingsgerät und wird von vielen Sportlern und Trainern im Training eingesetzt. Doch wird damit richtig trainiert? Sind bei falscher Anwendung Verletzungen vorprogrammiert? Dies und vieles mehr erlernen die Teilnehmer in dieser Fortbildung, um die Langhantel gesundheitsbewusst nutzen und einsetzen zu können.

LG: BSB22-253
Termin: 04.06.2022
Ort: Bassenheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Udo Chandoni
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention



■ Hawaiianische Massage: KAHI LOA

KAHI LOA ist eine traditionelle hawaiianische Energie-Massage, deren Wirkung nachhaltig hilft, Stress abzubauen, um zentriert mit innerer Harmonie in den Alltag zurückzukehren. Die Massage wird am bekleideten Körper ausgeführt. Sie kann im Liegen, Sitzen und im Stehen durchgeführt werden. Lassen Sie sich in Gedanken auf die Pazifikinsel entführen und erfahren Sie die Energie dieser besonderen Massagetechnik.

LG: BSB22-254
Termin: 11.06.2022
Ort: Burgen/Mosel
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Jutta Richter

■ Das O-N-E Prinzip

Gesundheits- und leistungsorientiertes Training mit optimalem Nutzen durch maximale Effizienz. Erfolgreiches Training ist kein Zufall. Vielmehr basieren der Erfolg und die Progressivität des Trainings auf der Berücksichtigung einfacher aber sehr wichtiger Prinzipien. Kurzes und intensives Training ist der Kern dieser Fortbildung. Die sehr praxisorientierte Fortbildung ermöglicht es allen Teilnehmern, eigene Erfahrung mittels eines synergistischen Krafttrainings zu machen.

LG: BSB22-255
Termin: 11.06.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referenten: Klaus Schmidt & Team
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Neuro Nutrition – Ernährung ist Kopfsache

Dieses Seminar stellt Ihnen den Grundaufbau und die Funktionsweise des Gehirns vor und erklärt, was das Gehirn mit der Ernährung zu tun hat. Hier werden Sie Ihr eigener Ernährungsexperte und lernen, warum es keine „one fits all“ Lösungen gibt. Neurozentrierte Übungen werden vorgestellt, die das Sättigungsgefühl und die Verdauung beeinflussen.

LG: BSB22-256
Termin: 11.06.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Lisa Könings

■ Schmerzfrei durchs Leben

ASS, Diclofenac, Opioid sind nur einige Schmerzmittel, die täglich verschrieben und teilweise wie Bonbons eingenommen werden. Sicherlich ist die Einnahme so manches Mal sinnvoll, doch welche Möglichkeiten stehen sonst noch zur Verfügung? In dieser Fortbildung geht es um Ernährung, Osteopressur, Flossing, klassische Wirbelsäulengymnastik, TCM und vieles mehr. Es wird kritisch reflektiert, ausprobiert und integriert.

LG: BSB22-257
Termin: 18.06.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Sonntag

■ Flow-Yoga



Flow-Yoga ist eine harmonische Art des Yoga, in der Atmung und Übungen aus dem Yoga kombiniert werden. Eine Abwechslung zwischen An- und Entspannung sowie zwischen Meditation und Aktion. In diesem Web-Seminar wird der Fokus auf die Erarbeitung bzw. Durchführung verschiedener Yoga-Flows gelegt.

LG: BSB22-WEB-258
Termin: 13.06.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Nina Engel

■ Trainiere Dein „Bodysuit“ – Faszientraining

Faszien sind immer noch ein Thema in der Fitnesswelt. Wenn man ein Bewusstsein dafür entwickelt, wie das fasziale Netzwerk funktioniert, kann man sein Alltagsverhalten und auch die Trainingsbewegungen darauf ausrichten. Die Teilnehmer lernen in dieser Fortbildung vier gezielte Trainingsformen der Faszien kennen: Dehnen, Federn, Spüren, Beleben. Viele variantenreiche Übungen werden vorgestellt und ausprobiert.

LG: BSB22-259
Termin: 18.06.2022
Ort: Wolken
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Felicitas Doff-Sotta-Bengel

■ Biomechanik und Training: Halswirbelsäule

Circa 70 Prozent der Weltbevölkerung leiden mindestens einmal im Leben an Nackenschmerzen. Was ist eine Zervikobrachialgie? Können Halswirbel ausrenken und welche Rolle spielt die HWS für das Gleichgewicht? Diese Fortbildung soll Wissen und neue Anreize vermitteln, um den Umgang mit HWS-Problemen zu verbessern.

LG: BSB22-260
Termin: 18./19.06.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Thorsten Becker Agelidis
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Workshop Functional Training

Das funktionelle Training orientiert sich in erster Linie an natürlichen, mehrgelenkigen Bewegungen. Die Muskelgruppen werden integriert in verschiedene Bewegungsmuster trainiert. Schwerpunkte sind u.a. der Umgang und die Technik mit der Langhantelstange, den Kugelhanteln sowie effektive Übungen mit Medizinbällen. Wer die Grundlagen und das Konzept dieses Fitness-Trends verstehen und im Sportverein anwenden will, ist in dieser Fortbildung genau richtig.

LG: BSB22-261
Termin: 25.06.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Kenneth Ortiz
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Aktive Pause im Homeoffice mit Yoga



Dieses Web-Seminar wendet sich an Kurs- und Übungsleitende, die sogenannte „Aktive Pausen“ durchführen möchten. Die Teilnehmer lernen an zwei Beispielen, wie eine 30- bzw. 45-minütige Übungssequenz gestaltet werden kann, die vor, während oder nach der Arbeitszeit angeboten werden kann.

LG: BSB22-WEB-262
Termin: 25.06.2022, 15.30 - 18 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 3 LE
Referentin: Dagmar Völpel
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Intensivkurs Lenden-, Brust- und Halswirbelsäule

Wirbelsäulenerkrankungen gehören zu den häufigsten medizinischen Erscheinungen und begleiten immer mehr Menschen in ihrem Alltag. Aufgrund der Komplexität der Wirbelsäule sind die Erscheinungsformen der Probleme höchst unterschiedlich. Hier erlernen die Teilnehmer verschiedene Trainings- und Übungsformen, um die Muskulatur rund um die Wirbel zu stärken.

LG:	BSB22-263
Termin:	26.06.2022
Ort:	Stockum-Püschchen
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Melanie Anhäuser
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Sport- und Bewegungsangebote zur Demenzprävention

Demenzkrankungen werden immer häufiger! In dieser Fortbildung werden Formen des Umgangs und Möglichkeiten der Kommunikation mit demenziell erkrankten Menschen vorgestellt. Anhand vieler Beispiele wird in Theorie und Praxis erläutert, wie auch demenziell erkrankte Menschen von einer aktiven Teilnahme am Sport profitieren können und welches Übungsleiterverhalten dazu notwendig ist.

LG:	BSB22-264
Termin:	09.07.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Birgit Backes

■ Bewegungsangebote mit dem Rollator

Das Üben für das „Rollator-Sportabzeichen“ gibt Anreize, die eigene Mobilität durch ein angepasstes Herz-Kreislauf- und Geschicklichkeitstraining zu erhalten bzw. zu steigern. Neben alltagsspezifischen Bewegungsformen in und außerhalb der Sporthalle steht das Üben in einem Parcours zur Abnahme des „Abzeichens“ im Vordergrund.

LG:	BSB22-265
Termin:	16.07.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentinnen:	Jutta Richter & Jutta Remy-Bartsch

■ Training nach Schulterverletzungen

Das Schultergelenk ist eines der am häufigsten von Verletzungen betroffenen Gelenke! In der Fortbildung lernen Sie die Anatomie des Schultergelenks in Theorie und Praxis kennen. Anhand unterschiedlicher Verletzungsformen erarbeiten wir indikationsspezifische Trainingsmöglichkeiten bei ausgewählten Verletzungsmustern.

LG:	BSB22-266
Termin:	16.07.2022
Ort:	Montabaur
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Klaus Schmidt & Peter Wehner
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Stress lass nach

Stress ist häufig eine (Mit-)Ursache von Erkrankungen oder eingeschränkter (sportlicher) Leistungsfähigkeit. Lassen Sie sich ein auf eine Reise zu sich selbst. Sie erlernen verschiedene Entspannungstechniken, die sich leicht in den Alltag und das sportliche Training integrieren lassen.

LG:	BSB22-267
Termin:	23.07.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	20 Euro
Dauer:	4 LE
Referentin:	Daniela Ecker

Foto: LSB RLP / iStock / fizkes



■ Neuroathletik/-performance – Einblicke in das neurozentrierte Training

In diesem Neuroathletik-Workshop erhalten Sie einen ersten Einblick in die Neuroanatomie und das neurozentrierte Training. Wir beschäftigen uns ganz praktisch mit dem visuellen, vestibulären und propriozeptiven System. Sie werden Übungen kennenlernen, die sowohl zu einer Schmerzreduktion als auch zur Steigerung der Mobilität bzw. der Leistung führen können. Sie erfahren am eigenen Körper, wie einfach und doch komplex dieser Ansatz ist. Lassen Sie sich überraschen und begeistern.

LG: BSB22-269
Termin: 03.09.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Andreas Könings
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Senioren und Selbstverteidigung

Das Alter schlägt zurück! Ältere Menschen verfügen nicht mehr über denselben Grad der Beweglichkeit oder die Kraft wie jüngere. Trotzdem gibt es einfache Verteidigungstechniken, mit denen sie sich effektiv zur Wehr setzen können. Ebenso werden die psychologischen Aspekte sowie die verbale Konfliktbewältigung thematisiert. Diese Fortbildung wird über die Möglichkeiten der Selbstverteidigung für Senioren aufklären.

LG: BSB22-270
Termin: 04.09.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Thorsten Kornatzki

■ Nahrungsergänzungsmittel und Supplemente für Sportler



Nahrungsergänzungsmittel (NEM) und Supplemente sind ein heiß diskutiertes Feld, insbesondere unter Sportlern. Brauchen wir Kreatin, Proteinpulver, Shakes, Riegel, Gele und Multivitamine? Welche machen Sinn und wie sollten sie dosiert werden? Das Web-Seminar thematisiert eine Auswahl an relevanten NEM und beleuchtet diese kritisch.

LG: BSB22-WEB-271
Termin: 08.09.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Lisa Könings

■ Netzwerktreffen der Seniorenberater

Die ausgebildeten Seniorenberater leisten seit Jahren wertvolle Arbeit für die ältere Generation. Sie initiieren Sportgruppen und Veranstaltungen, beraten und motivieren zur Teilhabe am Vereinsleben. Das Netzwerktreffen bietet die Gelegenheit, sich mit Frage- und Problemstellungen aus ihrem Tätigkeitsfeld auseinanderzusetzen. Im Dialog mit der Referentin und den Akteuren aus den verschiedenen Sportvereinen bekommen sie neue kreative Ideen und Anregungen.

LG: BSB22-272
Termin: 10.09.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Dr. Beate Frank

■ Rein in die Natur – Outdoorfitness

Raus aus der Sporthalle – rein in die Natur, dabei funktionell trainieren und die Leistungsfähigkeit an der frischen Luft steigern. Verschiedene Kleingeräte kommen hierbei zum Einsatz. Wir erstellen einen Fitness-Zirkel mit Dingen, die wir vor Ort nutzen können, wie Bänke, Mauern, Baumstämme. Es entsteht ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit hohem Spaßfaktor.

LG: BSB22-273
Termin: 10.09.2022
Ort: Wolken
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Felicitas Doff-Sotta-Bengel

■ Körperwahrnehmung in der 2. Lebenshälfte

Jeder Mensch hat früher oder später körperliche Einschränkungen und ist gezwungen, sich damit auseinanderzusetzen. Eine bewusste Körperwahrnehmung und Verbesserung gezielter Bewegungsabläufe können dem Alterungsprozess deutlich entgegenwirken. Elemente von Pilates und gezielte Atemübungen sind ebenfalls Inhalte dieser Fortbildung.

LG: BSB22-274
Termin: 10.09.2022
Ort: Daun
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Monika Blum

■ Kampfkunstbasierende Achtsamkeitsübungen

Begonnen wird dieser Seminarteil mit einem kleinen Vortrag und einer folgenden angeleiteten Konzentrationsübung mit Ritualen zur Begrüßung sowie einer kleinen Eingangsmeditation. Danach werden Techniken zur Konzentration, Atmung und Bewegung zur Körperwahrnehmung und Energiegewinnung aus den asiatischen Kampfkünsten geschult. Den Abschluss bilden herausfordernde Übungen, welche die mentale Fitness fördern und die Sinne schulen.

LG: BSB22-275
Termin: 16.09.2022, 17.30 - 20.30 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referentin: Wolfgang Holzmann
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Complete Workout

Stark und beweglich von Kopf bis Fuß! In dieser Fortbildung werden Übungen zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur vermittelt. Das Thema Faszien/Beweglichkeitstraining wird in Theorie und Praxis bearbeitet. Außerdem starten wir einen Exkurs ins Neuro-Athletiktraining.

LG: BSB22-276
Termin: 17.09.2022
Ort: Wissen
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Carmen Taddei

■ Yoga für die Frauengesundheit

In diesem Seminar werden Impulse für Yoga bei typisch weiblichen Gesundheitsbeschwerden gegeben. Spezielle Übungen und Mediationen zu entsprechenden Krankheitsbildern werden vermittelt. Die Praxis kommt auch nicht zu kurz, daher bitte eine Yoga- bzw. Gymnastikmatte, ein kleines Kissen und eine Decke mitbringen.

LG: BSB22-277
Termin: 17.09.2022, 10 - 17 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Dagmar Völpel

ANZEIGE

Für DEINEN Verein!

SAFETY FIRST!

SICHERHEITS-CHECK
Deiner Sporthalle / Sportstätte

Die Safety-First-Aktion für das Jahr 2022

SCHNELL SEIN LOHNT SICH: Die ersten 15 Sportvereine erhalten einen **kostenlosen Sicherheits-Check** für Ihre Sporthalle / Sportstätte. Weitere Vereine profitieren von den günstigen Kooperationspartner-Konditionen zwischen dem Sportbund Rheinland und **fortuna** Sportgeräte. Bei Interesse setzen Sie sich bitte mit Herr Blaufelder-Redenbeck vom **SPORTBUND Rheinland** in Verbindung.

fortuna
Sportgeräte - Manufaktur
seit 1957

fortuna SPORTGERÄTE GMBH
57627 Gehlert, Hauptstraße 36, info@fortuna-sport.de
Kontakt: Frau Grebe-Schmitz, Tel. 0 26 62 / 9 48 81 - 19

SPORTBUND RHEINLAND

SPORTBUND Rheinland e. V.
Rheinau 11, 56075 Koblenz, info@sportbund-rheinland.de
Kontakt: Herr Blaufelder-Redenbeck, Tel. 02 61 / 135 - 113

RAL
GÜTEZEICHEN

SPORTGERÄTE

**INSPEKTION/
WARTUNG
ERSTELLUNG**

■ Mentaltraining für Trainer

Optimal vorbereitete Sportler erbringen auch optimale Leistung im Wettkampf. Sehr oft wird der Schwerpunkt nur auf die Verbesserung der Technik, Taktik und Kondition gelegt. Der Bereich Mentaltraining wird dabei noch viel zu oft vernachlässigt. Mit Hilfe der in der Fortbildung vermittelten praktischen Methoden können Sie Ihre Mannschaften oder Athleten dabei unterstützen, über sich hinauszuwachsen.

LG:	BSB22-278
Termin:	17.09.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referent:	Nic Adler
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Koordinationstraining – Mehr Sicherheit im Alltag

Wussten Sie, dass ältere Menschen, die regelmäßig und gezielt ihre Koordination trainieren, vergleichsweise schneller reagieren wie untrainierte junge Menschen? Die Teilnehmer in Ihrer Sportgruppe werden nach den ersten regelmäßigen Übungen sehr bald feststellen, dass sie besser das Gleichgewicht halten können. Auch ihre Reaktionen werden deutlich schneller. Eine gute Koordination bringt sie sicher durch den Alltag.

LG:	BSB22-279
Termin:	24.09.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Alexandra Stempin
Hinweis:	Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Der Sonnengruß im Yoga

In dieser Fortbildung werden die Grundlagen, die richtige Atemweise in Verbindung mit den Bewegungen, die anatomische und physiologisch korrekte Ausrichtung sowie die Funktion und Wirkungsweise der einzelnen Positionen des Sonnengrußes vermittelt. Es wird das Wissen erlangt, die Übungen korrekt anzuleiten und Korrekturen sowohl mit der Stimme als auch am Kursteilnehmer selbst zu veranschaulichen und umzusetzen.

LG:	BSB22-280
Termin:	24.09.2022
Ort:	Koblenz
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Nicole Blum

■ Von Kopf bis Fuß

Lernen Sie, ein ganzheitliches Training durchzuführen. Training für alle Körperpartien wie Kopf, Hals, Nacken, Hände und Füße. Nicht nur Muskeln, sondern auch Gelenke, Sehnen und Bänder müssen bewegt und trainiert werden, um ein optimales körperliches Ergebnis zu erreichen. Seien Sie dabei und lernen Sie, wie Sie optimal ganzheitlich trainieren.

LG:	BSB22-281
Termin:	24.09.2022
Ort:	Trier
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Silvia Weber

■ Faszien Pilates

Faszien umhüllen und verbinden sämtliche Bestandteile des menschlichen Körpers und gehören zu den wichtigsten Strukturen. In dieser Fortbildung geht es darum, wie die neuen Ergebnisse der internationalen Faszienforschung mit dem klassischen Pilates kombiniert werden können und so ein abwechslungsreiches und modernes Ganzkörpertraining entsteht. Diverse Pilates- und Faszienübungen sowie Kursaufbau und -gestaltung, sind ebenfalls Bestandteile dieser Fortbildung.

LG:	BSB22-282
Termin:	02.10.2022
Ort:	Lieser
Gebühr:	30 Euro
Dauer:	8 LE
Referentin:	Silvia Sonntag

■ Progressive Muskelentspannung nach Jacobson



Bei der progressiven Muskelentspannung (PME) macht man sich den Effekt zunutze, dass die Entspannung von Muskelgruppe zu Muskelgruppe übertragen wird, worauf weitere Entspannungsprozesse im gesamten Körper folgen. So sinkt etwa der Blutdruck und der Pulsschlag wird reduziert, auch die Atmung wird ruhiger. PME ist leicht erlernbar und jederzeit anwendbar.

LG:	BSB22-WEB-283
Termin:	05.10.2022, 18 - 19:30 Uhr
Ort:	Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr:	10 Euro
Dauer:	2 LE
Referentin:	Daniela Ecker

■ MTB Fahrtechnikseminar

Durch eine gute Fahrtechnik spart man Kraft und bekommt mehr Sicherheit auf dem Mountainbike. Erlerne das Gelände richtig zu lesen und erfahre mehr über die richtige Körperhaltung. Weitere Programmpunkte sind Übungen zur Verbesserung der Balance und des Gleichgewichts, Brems- und Kurventechniken sowie das Erlernen der Königsdisziplin, dem „Bunny Hop“.

LG: BSB22-284
Termin: 08.10.2022
Ort: Boppard
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Frank Meißner

■ Balance und Entspannung mit Pilates

Pilates beinhaltet sowohl ganz einfache als auch komplexe und schwierige Übungen – ein Mischprogramm aus Kräftigung, Dehnung und Stabilisation der Rumpfmuskulatur. Dieses Ganzkörpertraining eignet sich für jede Altersgruppe und für jeden Fitnesslevel und ist eine Bereicherung für jede Übungsstunde.

LG: BSB22-285
Termin: 08.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Felicitas Doff-Sotta-Bengel

■ Yoga für Ältere, Modul 2

Für Ältere sind Bewegungsprogramme zur Förderung von Koordination, Gleichgewicht und Motorik von großer Bedeutung, da sie das Verletzungsrisiko und die Sturzgefahr verringern. Neben der Kraft spielt die Koordinationsfähigkeit eine entscheidende Rolle für alle Bewegungen. Je älter Menschen werden, desto mehr machen sich Schwächen in diesem Bereich bemerkbar und ab einem bestimmten Punkt leidet auch die Lebensqualität aufgrund von Einschränkungen darunter.

LG: BSB22-286
Termin: 08.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Blum

■ Musik bewegt Körper Geist und Seele

In dieser Fortbildung werden verschiedene Angebote aus dem Bereich „Musik und Bewegung für Senioren“ vorgestellt und ausprobiert. Die Teilnehmer lernen Einsatzmöglichkeiten verschiedener Instrumente kennen. Altbekannte und neue Melodien wecken Erinnerungen und regen zum Mitsingen und zum Mitmachen an. Durch die Vermittlung neuer Bewegungsmuster, z.B. beim Tanzen im Sitzen, wird das Gehirn angeregt. Musik bewegt die Seele, bringt Spaß und Lebensfreude.

LG: BSB22-287
Termin: 15.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Marta Hajunga

■ Training in der Rush-Hour des Lebens

Wer kennt sie nicht, die „turbulenten Zeiten“. Arbeit, Familie und Projekte, für alles nimmt man sich Zeit, alles ist wichtiger. Gesundheit und Fitness werden vernachlässigt, man fühlt sich unwohl und weiß doch, dass man etwas für sich tun sollte. In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer ein ganzheitliches und gesundheitsorientiertes Konzept aus Training, Ernährung und Regeneration kennen. Fit und gesund durch turbulente Zeiten – wir zeigen, wie es geht!

LG: BSB22-288
Termin: 15.10.2022
Ort: Daun
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Ralf Hammerschmidt
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Verletzungsmanagement im Sportverein

In diesem Seminar werden die aktuellen Methoden zur Verletzungsprophylaxe im Sport vorgestellt, verschiedene Maßnahmen und Verfahren des sportlichen Trainings theoretisch erklärt und praktisch dargestellt. Hierbei geht es um gezielte Trainings- und Regenerationsmaßnahmen, die Sportler oder Spieler vor Verletzungen schützen können. Es werden Empfehlungen und Handlungsstrategien zur optimalen Verletzungsprophylaxe erläutert, die als Bestandteil in einen Trainingsprozess nachhaltig integriert werden können.

LG: BSB22-289
Termin: 15.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Gilani Lück
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Rückenfitness im Alltag

Für unsere Gruppenteilnehmer gibt es im Alltag viele Möglichkeiten, rückengesunde Bewegungen zu integrieren. Der Alltagstransfer stellt jedoch oft eine besondere Herausforderung dar. Es gilt die Wahrnehmung des Körpers, eingefahrene Bewegungsmuster sowie Risiken zu erkennen und zu verändern. Gemeinsam wollen wir erarbeiten, wie das optimal gelingen kann.

LG: BSB22-290
Termin: 15.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Scheyer

■ Säure-Basen-Haushalt



Der Säure-Basen-Haushalt ist unabdingbar für einen gut funktionierenden Stoffwechsel. Die Seminarteilnehmer erhalten einen Einblick in die Funktionen des Säure-Basen-Haushaltes, die Verbindung zur Ernährung und erhalten Tipps zur Umsetzung der Entgiftungsmechanismen sowie Optimierungsideen zur Ernährung.

LG: BSB22-WEB-291
Termin: 17.10.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Nina Engel

■ Koordinationstraining neu interpretiert

Üben dürfen, nicht können müssen! Denn im Koordinationstraining geht es darum, immer aufs Neue ungewohnte Bewegungen durchzuführen. So verbessert eine gute Koordination die Sicherheit im Alltag und führt im Sport zu einer harmonischen, ökonomischen und zielgerichteten Bewegung. Die Koordination als übergeordnete motorische Fähigkeit verbessert somit auch die Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer und ist eng mit einer guten Körperwahrnehmung verknüpft.

LG: BSB22-292
Termin: 15.10.2022
Ort: Bad Sobernheim
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Sabine Brecht-Kubach
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Sturzprävention – fit und mobil im Alter

Ältere Menschen sind sturzgefährdet, dabei sind viele Stürze eine Folge der nachlassenden körperlichen Leistungsfähigkeit. Es liegt vor allem an der fehlenden Muskelkraft und an der nachlassenden Gleichgewichtsfähigkeit, dass ältere Menschen häufig fallen. Mit gezieltem Gleichgewichtstraining in Kombination mit einem Muskeltraining kann man das Sturzrisiko erheblich minimieren.

LG: BSB22-293
Termin: 29.10.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Sergej Borkenhagen
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Fitness- und Wellnessstag für Jedermann

Die Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit besteht aus Belastung und Regeneration. Warum nicht einmal anstrengende Fitnesstrainings mit einem entspannenden Wellnessstag verbinden? Diese Fortbildung bietet das optimale Verhältnis zwischen An- und Entspannung. Der Inhalt ist ein aktuelles Allroundfitness-Programm, gefolgt von Wohlfühlseinheiten mit Sauna und Massage.

LG: BSB22-294
Termin: 29.10.2022
Ort: Trier
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 6 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Kleine Einführung in die ZEN-Meditation

Hier lernen Sie Techniken zum bewussten Atmen und Bewegungsübungen zur Energiegewinnung, sowie Techniken zur Sitz- und Gehmeditation. Diese Übungen helfen, aufkommende Gedanken zu erkennen und durch spezielle Atem- und Konzentrationstechniken zu kontrollieren. Somit wirken sich die Techniken positiv auf Körper und Geist aus. Dieses Seminar gibt Informationen zur Stressbewältigung und Impulse für die allgemeine Übungsleiterfähigkeit im Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport!

LG: BSB22-295
Termin: 04.11.2022, 17.30 - 20.30 Uhr
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referent: Wolfgang Holzmann
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Sport- und Bewegungsangebote zur Demenzprävention

Demenzkrankungen werden immer häufiger! In dieser Fortbildung werden Formen des Umgangs und Möglichkeiten der Kommunikation mit demenziell erkrankten Menschen vorgestellt. Anhand vieler Beispiele wird in Theorie und Praxis erläutert, wie auch demenziell erkrankte Menschen von einer aktiven Teilnahme am Sport profitieren können und welches Übungsleiterverhalten dazu notwendig ist.

LG: BSB22-296
Termin: 05.11.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Birgit Backes

■ Aikido für Interessierte

Aikido ist ein Weg geistiger und körperlicher Schulung, kein Kampf und kein Wettbewerb. Aikido ist eine friedliche Kampfsportart. Die natürlichen Bewegungen und die Harmonie der Techniken fordern den Körper, zwingen ihn aber nicht zu Höchstleistungen. Konzentration und Selbstbeherrschung sind gefragt. Aikido ist ein Sport für jeden, der etwas Außergewöhnliches vollbringen mag.

LG: BSB22-297
Termin: 05./06.11.2022
Ort: Neuwied
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Klaus Pietschmann

■ Pilates und Yoga

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden kleinen Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine gesunde Körperhaltung sorgen. Grundlage aller Übungen ist das Trainieren des sogenannten „Powerhouse“, womit die in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule gemeint ist, die sogenannte Stützmuskulatur. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt und gleichzeitig wird die Atmung geschult.

LG: BSB22-298
Termin: 05.11.2022
Ort: Idar-Oberstein
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Andrea Wecker

■ Bauch-Beine-Po Classics

Hier erlernen Sie ein effektives Trainingsprogramm mit vielen Übungen zur Erhaltung und Förderung schöner Beine, eines straffen Pos und flachen Bauches. Das Programm macht Spaß und ist für jedes Alter geeignet. Mit dem hier erlangten Wissen helfen Sie als Übungsleiter dabei, wie aus Problemzonen die Lieblingszonen werden können.

LG: BSB22-299
Termin: 05.11.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Silvia Weber

■ Die Verdauung der Nahrungsmittel



In diesem Web-Seminar erhalten die Teilnehmer Aufschluss über die Makronährstoffe im Körper. Was passiert mit ihnen und wie werden sie verdaut? Wofür sind sie gut und was bewirken sie im Körper. Können wir auch gut auf einige verzichten und wie wirkt sich die Auswahl der Nährstoffe auf die körperliche Leistungsfähigkeit aus? Viele Fragen werden hier beleuchtet und beantwortet.

LG: BSB22-WEB-300
Termin: 07.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Nina Engel

■ Klangschalentensionung

Geführte Körperreisen begleitet mit großen Gong- und diversen Klangschaalen lassen Heilungstöne durch das Energiesystem fließen. Dies begünstigt die Körperwahrnehmung und den Yin-Yang-Ausgleich. Tiefe Entspannung bringt die Teilnehmer in ihre „innere Mitte“. Sie sind geerdet und aktivieren ihre Selbstheilungskräfte. Sie starten wieder fit, aktiv und motiviert in den Alltag.

LG: BSB22-301
Termin: 12.11.2022
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Jeanette Thull



Foto: LSB RLP / iStock / drusixynine

■ Einführung in neurozentriertes Training



In diesem Web-Seminar werden die Grundbausteine von neurozentriertem Training und Bewegungssteuerung erklärt. Wie arbeitet unser Gehirn und warum ist es die Voraussetzung für eine optimale Bewegung? Welche Methoden und Ansätze werden bei dieser Herangehensweise verfolgt und was unterscheidet diese von klassischen Trainingsansätzen? Wie kann ich diese neuartige Trainingsform in meine Trainingspraxis integrieren? Viele Fragen werden hier beantwortet.

LG: BSB22-WEB-302
Termin: 17.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referent: Andreas Könings
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Ausdauertraining – Bauch-Beine-Po

Bauch-Beine-Po-Training ist sehr beliebt: Die Übungen trainieren große Muskelpartien, sorgen sogar nach dem Training für einen Nachbrenneffekt und straffen den Körper. Männer und Frauen profitieren gleichermaßen von diesem Workout. Lernen Sie, welche Bauch-Beine-Po-Übungen die besten sind und worauf Sie bei der Durchführung achten müssen.

LG: BSB22-303
Termin: 19.11.2022
Ort: Gehlert
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Carmen Taddei

■ Einführung ins Schlingen- und Faszientraining

Schlingen- und Faszientraining sind Trends, die sich im Fitnessbereich mit großem Erfolg etabliert haben. Wir möchten in dieser Fortbildung zeigen, woran das liegt. Nach einer theoretischen Einführung mit aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen werden wir Trainings- und Übungsformen erarbeiten und in der Praxis durchführen. Besonders aus der Verknüpfung der beiden Themen lassen sich spannende Erkenntnisse gewinnen.

LG: BSB22-304
Termin: 19./20.11.2022
Ort: Montabaur
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Klaus Schmidt & Dr. Martin Giese
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Fit durch Herbst und Winter mit Yoga



Grau in Grau statt „Himmelblau“, Kunstlicht statt Sonne, Heizungsluft statt Sauerstoff – das Immunsystem und der Energiehaushalt werden im Herbst vor große Herausforderungen gestellt. In diesem Online-Workshop erfahren Sie, wie Sie mit Yoga und Alltagstipps das Vitalitätsgefühl und die Stimmung aufbauen, damit Sie gut durch die dunkle Jahreszeit gehen können.

LG: BSB22-WEB-305
Termin: 19.11.2022, 15.30 - 18 Uhr
Ort: Online – von Ihrem zu Hause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 3 LE
Referentin: Dagmar Völpel

■ Rücken Fit

Bewegung und Kräftigung sind auf Dauer die beste Therapie und Vorbeugung von Rückenbeschwerden. Ein beweglicher, kräftiger Körper kann Verspannungen und Nervenreizungen besser parieren. Ein trainierter Rücken kann auch ungewohnten Belastungen besser standhalten. Regelmäßiges Training und Sport wirken sich auch auf die Psyche positiv aus: In dem Maße, wie sich die Beweglichkeit verbessert, hellt sich auch die Stimmung auf, nehmen die Furcht vor Schmerzen und die Sorgen um die Gesundheit und die Zukunft ab.

LG: BSB22-306
Termin: 26.11.2022
Ort: Stockum Püschchen
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Christine Wundrack

■ Denken und Bewegen

Körperlich fit und geistig aktiv zu sein, ist die Voraussetzung für optimales Wohlbefinden. Denken und Bewegen fördert nachweislich die kognitiven Fähigkeiten, das vernetzte Arbeiten beider Gehirnhälften. Deshalb sind Bewegungsübungen, die mit Denkaufgaben verknüpft sind, für jede Sportstunde eine sinnvolle Ergänzung. In dieser Fortbildung werden Bewegungs-, Koordinations- und spielerische Übungen vorgestellt, bei denen die Gehirnzellen stets bewusst aktiv sein müssen.

LG: BSB22-307
Termin: 26.11.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Christof Wölk

■ „Bleib am Ball“ – Ballsportangebote für Ältere

Bälle üben eine einzigartige Faszination auf Menschen aus. Gerade Ballsportler möchten bis ins hohe Alter ihren Sport aktiv ausüben. Wegen der nachlassenden motorischen Fähigkeiten und des steigenden Verletzungsrisikos wird dies jedoch zunehmend schwieriger. Erfahren Sie mehr darüber, wie man mit geschickten Veränderungen sicherer und mit viel Spaß auch im Alter Ballsport betreiben kann. Bleiben Sie am Ball – egal, ob mit dem Fuß, mit der Hand oder einem Schläger.

LG: BSB22-308
Termin: 03.12.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 5 LE
Referent: Marco Meisenzahl

■ Selbstverteidigung für Frauen von Frauen

Frauen sind in Gefahrensituationen oft körperlich unterlegen und werden leicht in die Opferrolle gedrängt. Sie werden zu Opfern von physischer, aber auch vermehrt psychischer Gewalt. Hier handelt sich um ein spezielles Trainingsprogramm mit Verhaltenstraining für Frauen. Ziel ist es, dass Du als Frau Grenzen setzen und diese gegenüber anderen behaupten kannst.

LG: BSB22-309
Termin: 03.12.2022, 09.30 - 17.30 Uhr
Ort: Trier
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 10 LE
Referentinnen: Jeanette Thull & Heike Hruschka
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

■ Jumping-Fitness

Jumping ist ein intensives Kraftausdauertraining. Es fördert nicht nur das Herz-Kreislauf-System, den Gleichgewichtssinn und die Koordination, sondern trainiert und kräftigt den gesamten Körper und kurbelt den Fettstoffwechsel an. Jumping ist außergewöhnlich, abwechslungsreich, dynamisch und macht einfach nur Spaß.

LG: BSB22-310
Termin: 03.12.2022
Ort: Waldbrunn
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Christine Wundrack

■ Atem ist Leben – Atemgymnastik und -schulung

Atem ist ein Lebenselixier. Er massiert sanft unsere Muskulatur von innen und ist für An- und Entspannung unseres Körpers von entscheidender Bedeutung. Meist ist uns dies jedoch nicht bewusst. Es gibt viele Möglichkeiten, den Atem aktiv zu trainieren. In diesem Seminar können grundlegende Techniken erlernt und erlebt werden.

LG: BSB22-311
Termin: 04.12.2022
Ort: Gehlert
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Nicole Scheyer

■ Stress adé mit Autogenem Training



Durch die Anwendung der eigenen Vorstellungskraft können Sie sich mit autogenem Training in einen Zustand der Entspannung versetzen, Stress abbauen und sogar Schlafprobleme lindern. Alles was Sie dafür brauchen ist ein wenig Übung – und natürlich Fantasie. Und das Beste: Autogenes Training kann jeder erlernen und durchführen – unabhängig vom Alter und der persönlichen körperlichen Fitness.

LG: BSB22-WEB-312
Termin: 07.12.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort: Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr: 10 Euro
Dauer: 2 LE
Referentin: Daniela Ecker

■ In der Sprache liegt die Kraft

Erlernen Sie den richtigen „Umgangston“ mit den älteren Menschen in Ihrer Gruppe. Sie erfahren, wie Übungsanweisungen altersangemessen, respektvoll und einfühlsam gegeben werden können. Schaffen Sie in Ihrer Gruppe eine Wohlfühlatmosphäre, die zum Mitmachen und Wiederkommen einlädt. Anhand von praktischen Übungen erhalten Sie eine direkte Rück-

meldung. So können Sie das Erlernte sofort in der eigenen Gruppenstunde umsetzen.

LG: BSB22-313
Termin: 10.12.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referentin: Dr. Beate Frank

■ Biomechanik und Training: Untere Extremität

Hüfte, Knie und Sprunggelenk sorgen für Stabilität und tragen unser Körpergewicht. Lernen Sie die Anatomie, Physiologie, Biomechanik und vieles mehr in Theorie und Praxis kennen. Die Fortbildung schafft Grundlagen, um Sportler präventiv und leistungsorientiert zu betreuen. Ein besonderer Fokus gilt der Prävention der häufigsten Sportverletzungen.

LG: BSB22-314
Termin: 17./18.12.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referent: Thorsten Becker Agelidis
Hinweis: Verlängerung B-Lizenz Prävention

ANZEIGE

Impfen ist die beste Verteidigung



Mehr Informationen zur Impfkation
www.lsb-rlp.de/impfenistdiebesteverteidigung



Über 250 Plätze für **dein** Jahr im Sport

**Freiwilligendienst im Sport.
Jetzt Bewerbung raushauen!**

www.sportjugend.de/bewerben

So wird dein Verein zur **anerkannten Einsatzstelle**
www.sportjugend.de/einsatzstelle

Dein Kontakt für die **Sportjugend Rheinland**

Sonja Kremer Tel.: 0261 135-260

E-Mail: sonja.kremer@sportjugend-rheinland.de



SPORTJUGEND
LANDESSPORTBUND RHEINLAND-PFALZ



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



■ Übungsleiter B-Lizenz – Sport in der Ganztagschule

Ziel dieser Ausbildung ist es, Übungsleiter und Trainer mit den Rahmenbedingungen für den Sport in der Schule vertraut zu machen und sie für ihren Einsatz in der Ganztagschule zu qualifizieren.

In der Konzeption der insgesamt 60 Lerneinheiten (davon 8 LE digital) umfassenden Ausbildung wird ein pädagogischer und soziologischer Schwerpunkt gesetzt, um den besonderen Anforderungen der Ganztagschule gerecht zu werden.

Inhalte: Didaktisch-methodische Grundsätze für den Sport im Ganztage; Vermittlung sozial-kommunikativer Kompetenzen; Vermittlung ausgewählter, besonders für die Zielgruppe geeigneter Bewegungsangebote; Konfliktmanagement; Handlungsempfehlungen für Sportvereine und Übungsleiter für erfolgreiche Kooperationen mit Ganztagschulen; Spezielle Rechts- und Versicherungsfragen für den Sport im Ganztage.

Wochenendlehrgang – Bad Sobernheim

Termin: 09./10.07., 17./18.09. und 08.10.2022

Kosten & Dauer: 150 Euro (inkl. Übernachtung und Verpflegung), 60 LE

Voraussetzung: gültige ÜL bzw. Trainer C-Lizenz, aktive Teilnahme an den theoretischen und sportpraktischen Lerneinheiten.

■ Spielerische Förderung der motorischen Grundfähigkeiten

Das Seminar knüpft an die Erfahrungen der Teilnehmer*innen in ihrer Tätigkeit in Ganztagschulen an. Durch die Corona-Pandemie hat sich der Alltag von Kindern massiv verändert zum Teil mit gravierenden Auswirkungen auch auf die körperliche Fitness der Kinder. Die spielerische Förderung der motorischen Grundfähigkeiten steht deshalb im Mittelpunkt der Fortbildung. Vor dem Hintergrund ganzheitlicher Entwicklungsförderung werden die akzentuierte und altersgemäße Förderung von Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und der koordinativen Fähigkeiten thematisiert. Die Mitgestaltung und Mitwirkung durch die teilnehmenden Übungsleiter ist bei diesem Seminar grundlegendes Prinzip.

LG:	F1
Termin:	16./17.07.2022
Ort:	Seibersbach
Kosten:	40 Euro (inkl. Übernachtung und Verpflegung)
Dauer:	15 LE
Referent:	Ralph Alt
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz und B-Lizenz „Sport im Ganztage“

■ Vielfalt gewinnt – Sport in der Ganztagschule

Die Schülerlandschaft an unseren Schulen wird immer vielfältiger. Viele Kinder & Jugendliche haben eine Migrationsbiografie, manche davon sogar mit Fluchterfahrungen. Schulen in Rheinland-Pfalz werden immer inklusiver, sodass auch Kinder mit Behinderungen an Regelschulen unterrichtet werden. Damit dieses unbestrittene Potential des Sports für die Entwicklung sozialer Kompetenzen für alle Kinder genutzt werden kann, niemand ausgegrenzt wird und alle für Bewegung und Sport begeistert werden, müssen einige Dinge bei der Gestaltung von Bewegungsangeboten beachtet werden. „Vielfalt gewinnt“ verknüpft theoretische Hintergründe mit praktischen Übungen und ermöglicht den Teilnehmenden die oft überraschende Reflexion ihres eigenen Verhaltens.

LG:	F2
Termin:	05.11.2022
Ort:	Mainz
Kosten:	20 Euro inkl. Verpflegung
Dauer:	8 LE
Referentinnen:	Nedia Zouari-Ströher, Laura Trautmann
Hinweis:	Verlängerung C-Lizenz und B-Lizenz „Sport im Ganztage“

■ Information und Anmeldung:

Landessportbund Rheinland-Pfalz,
Rheinallee 1, 55116 Mainz

Katrin Riebke

Tel.: 06131/2814-102, E-Mail: k.riebke@lsb-rlp.de



■ Ausbildung zum Sportabzeichen-Prüfer

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) ist die höchste Auszeichnung des DOSB außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Hier erlernen Sie die Rahmenbedingungen für eine Sportabzeichen-Prüfung, erhalten die neuesten Informationen rund um das DSA sowie Tipps zum Training und zur korrekten Ausführung der Disziplinen. Die Ausbildung endet mit dem Erhalt der DSA-Prüflizenz.

LG: BSB22-315
Termin: 05.03.2022
Ort: Birkenfeld
Gebühr: 30 Euro
Dauer: 8 LE
Referent: Patrick Lohberg

■ Ausbildung zum Sportabzeichen-Prüfer mit Zusatz „Menschen mit Behinderung“

Der Sportbund Rheinland bietet diese Fortbildung gemeinsam mit dem Behinderten- und Rehabilitationssportverband an. Die Teilnahme befähigt Sie, das Sportabzeichen auch für Menschen mit Behinderung anzubieten und die Prüfung durchzuführen. Egal ob für Menschen mit einer Behinderung des Körpers, der

Sinne oder des Geistes: hier erfahren Sie, wie jeder das DSA ablegen kann. Außerdem gibt es Hinweise und Tipps zum Training sowie zur korrekten Ausführung der Disziplinen.

LG: BSB22-316
Termin: 12./13.03.2022
Ort: Koblenz
Gebühr: 50 Euro
Dauer: 15 LE
Referenten: Patrick Lohberg und Dominik Holschbach

■ Leichtathletik/Radsport – Basics für die DSA-Abnahme

In allen Disziplingruppen sind leichtathletische Anforderungen enthalten und im Rahmen der Abnahme des Deutschen Sportabzeichens von einer besonderen Bedeutung. Des Weiteren kann der Radsport in den Disziplingruppen Ausdauer und Schnelligkeit ausgewählt werden. In diesem Lehrgang erhalten Sie Anregungen für die Strecken- und Materialauswahl. Ebenso ist die Trainingsmethodik Teil der Fortbildung.

LG: BSB22-317
Termin: 19.03.2022
Ort: Bitburg
Gebühr: 20 Euro
Dauer: 6 LE
Referent: Patrick Lohberg

■ Sportabzeichen als Sportangebot



Zu diesem Web-Seminar sind alle Übungsleiter, Vereinsvertreter sowie Sportlehrkräfte herzlich eingeladen, die bisher noch keine Kenntnisse über das Sportabzeichen haben. Wir stellen Ihnen die Bestimmungen des Deutschen Sportabzeichens vor, zeigen Ihnen die Vorteile des Angebots auf und wollen Sie somit motivieren, das begehrte Abzeichen in Ihrem Verein bzw. Ihrem Sportunterricht zu etablieren.

LG:	BSB22-WEB-318
Termin:	07.04.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort:	Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr:	kostenfrei
Dauer:	2 LE
Referent:	Alexander Smirnow
Voraussetzung:	Internetzugang mit PC / mobiles Endgerät, Lautsprecher / Kopfhörer

■ Sportabzeichen online einreichen mit SBR-LOKAL.de



Das Sportabzeichen-Portal steht den Prüfern als weiteres Modul in SBR-LOKAL.de zur Verfügung. Hiermit haben Prüfer die Möglichkeit, ihre DSA-Absolventen und deren Leistungen zu erfassen, zu pflegen und per Mausklick die Beurkundung zu beantragen. In diesem Web-Seminar stellen wir Ihnen das DSA-Modul vor, zeigen Ihnen die einzelnen Funktionen und beantworten Ihre Fragen. Das Web-Seminar eignet sich sowohl für Interessierte als auch für Prüfer, die es bereits nutzen.

LG:	BSB22-WEB-319
Termin:	10.11.2022, 18 - 19.30 Uhr
Ort:	Online – von Ihrem Zuhause
Gebühr:	kostenfrei
Dauer:	2 LE
Referent:	Alexander Smirnow
Voraussetzung:	Internetzugang mit PC / mobiles Endgerät, Lautsprecher / Kopfhörer

■ Der Sportabzeichen-Prüfer in Schule und Verein

Als Sportabzeichen-Prüfer darf tätig werden, wer mindestens 18 Jahre alt, Mitglied eines Sportvereins und im Besitz eines gültigen Prüferausweises ist. Dieser Ausweis wird bei vorhandener fachlicher Eignung vom Sportbund Rheinland ausgestellt. Der Sportabzeichen-Prüfer arbeitet eng mit der Sportabzeichen-Stelle beim Sportbund Rheinland zusammen. An den Schulen muss der erste Prüfer ein staatlich geprüfter Sportlehrer sein.

Die Prüflizenz verlängern

Die erworbenen Lizenzen haben eine Gültigkeitsdauer von vier Jahren. Innerhalb dieser vier Jahre können die Lizenzinhaber ihr Wissen durch zahlreiche Fortbildungsangebote des Sportbundes, der Fachverbände und der ADD auffrischen, vertiefen und erweitern. Es genügt der Besuch nur einer Fortbildung im Gültigkeitszeitraum von vier Jahren. Die Lizenz kann frühestens drei Monate vor Ablauf der Gültigkeit zur Verlängerung um weitere vier Jahre beim Sportbund Rheinland eingereicht werden.

Die Sportabzeichen-Prüfung

Prüfungen sind öffentlich abzuhalten. Der Bewerber für das Deutsche Sportabzeichen hat sich durch Personalausweis oder Pass auszuweisen. Maßgebend für die Altersstufe ist das Alter, welches der Erwerber im Kalenderjahr hat. Bei den Prüfungen sollten jeweils zwei für die Sportart berechnete Prüfer anwesend sein. Die Erfüllung der geforderten Leistung ist von einem Prüfer in der Prüfkarte einzutragen und mit Unterschrift und Prüferausweis-Nummer zu bestätigen. Ein Prüfer darf nicht die Leistungen für ein Mitglied seiner Familie abnehmen.

Sportabzeichen online einreichen

Innerhalb SBR-LOKAL.DE ist ein neues Modul bereitgestellt, das nur dem Deutschen Sportabzeichen gewidmet ist. Das Modul soll den Sportabzeichen-Prüfern in den Vereinen und Schulen nicht nur die Schreibarbeit für eine Sportabzeichen-Abnahme erleichtern. Auch werden Zeit und Kosten gespart, da die Ergebnisse der Abnahmen direkt online an den Sportbund Rheinland übermittelt werden können. Das Sportabzeichen-Modul steht allen Prüfern kostenlos zur Verfügung. Voraussetzung ist eine gültige Prüflizenz und die Tätigkeit für eine Schule oder einen Verein des Sportbundes Rheinland. Die Zugangsdaten können mit dem Antragsformular „Zugang Sportabzeichen-Modul“ beim Sportbund Rheinland beantragt werden.

Bereits ab der Sportabzeichen-Saison 2022 ist für Schulen die Einreichung der Sportabzeichen nur noch online möglich. Für Vereine gibt's eine Übergangsfrist. Ab der Saison 2022 ist für alle Vereine, die das Sportabzeichen online einreichen die Beurkundung kostenfrei. Ab 2023 wird die Beantragung der Beurkundung nur noch online möglich sein.

UNSERE GESCHÄFTSSTELLE



■ Ihre Geschäftsstelle

Geschäftsführung

(0261) 135-111

Martin.Weinitschke@Sportbund-Rheinland.de

Assistenz der Geschäftsführung

(0261) 135-112

Melanie.Theis@Sportbund-Rheinland.de

■ Kommunikation

Abteilungsleitung

(0261) 135-113

Stefan.Blaufelder-Bredenbeck@Sportbund-Rheinland.de

Sport InForm, Pressearbeit

(0261) 135 118

Wolfgang.Hoefer@Sportbund-Rheinland.de

Veranstaltungen, Social Media, Newsletter

(0261) 135-128

Melanie.Hormel@Sportbund-Rheinland.de

Auszubildender, Social Media

(0261) 135-124

Johannes.Stelzer@Sportbund-Rheinland.de

■ SBR Management-Akademie

Abteilungsleitung

(0261) 135-145

Barbara.Berg@Sportbund-Rheinland.de

Sport- und Vereinsentwicklung

(0261) 135-212

Wera.Sindermann@Sportbund-Rheinland.de

Sport- und Vereinsentwicklung

(0261) 135-274

Ines.Cukjati@Sportbund-Rheinland.de

Seminaranmeldungen

(0261) 135-161

Kathrin.Guenther@Sportbund-Rheinland.de

■ Bildung Sportpraxis, Breitensport

Abteilungsleitung

(0261) 135-102

Matthias.Poepfel@Sportbund-Rheinland.de

ÜL-B-, Sportartübergreifende Ausbildungen, Fortbildungen

(0261) 135-116

Sabine.Urbatzka@Sportbund-Rheinland.de

ÜL-C-Ausbildungen, Lizenzwesen

(0261) 135-107

Annette.Kraft@Sportbund-Rheinland.de

ÜL-Bezuschussung, Lizenzwesen, Lehrgangsanmeldung

(0261) 135-106

Christine.Brueck@Sportbund-Rheinland.de

Breiten-, Freizeit-, Gesundheits- und Seniorensport

(0261) 135-129

Benno.Mueller@Sportbund-Rheinland.de

Sportabzeichen, Spielfeste

(0261) 135-115

Alexander.Smirnow@sportbund-rheinland.de

■ Verwaltung & Finanzen

Abteilungsleitung

(0261) 135-108

Vera.Adam@Sportbund-Rheinland.de

Buchhaltung

(0261) 135-101

Iris.Fischer@Sportbund-Rheinland.de

Zuschüsse für Baumaßnahmen

(0261) 135-171

Sabrina.Eichmann@Sportbund-Rheinland.de

Hausverwaltung, IT

(0261) 135-117

Eva.Heissbach@Sportbund-Rheinland.de

Bestandsverwaltung, Vereinsaufnahmen & -löschungen

(0261) 135-100

Sandra.Schaub@Sportbund-Rheinland.de

Lehrgangsauswertungen, Datenschutz, Vereinsservice

(0261) 135-191

Claudia.Mueller@Sportbund-Rheinland.de

Vereinsservice, Zuschüsse für Sportgeräte, Raumvergabe, Hausverwaltung

(0261) 135-190

Christian.Schmidt@Sportbund-Rheinland.de

Ehrungen, Sportkrestage

Silvia.Schmitt@Sportbund-Rheinland.de

■ Sportjugend Rheinland

Geschäftsführerin

(0261) 135-109

Susanne.Weber@Sportjugend-Rheinland.de

Bildungsreferent

(0261) 135-104

Josef.Daitche@Sportjugend-Rheinland.de

Referentin „Freiwilligendienste im Sport“

(0261) 135-260

Sonja.Kremer@Sportjugend-Rheinland.de

Referentin „Ferien- und Freizeitmaßnahmen“

(0261) 135-260

Carina.Meurer@Sportjugend-Rheinland.de

Sachbearbeitung

(0261) 135-264

Daniel.Rempfer@Sportjugend-Rheinland.de

Bundesfreiwilligendienst (Torsten Muscheid)

(0261) 135-105

Projekt@Sportjugend-Rheinland.de

■ ARAG Versicherungsbüro

Leitung

Johann Jost Schäfer

(0261) 135-215

vsbkoblenz@arag-sport.de

Sachbearbeitung

Yvonne Wiederhold

(0261) 135-255

vsbkoblenz@arag-sport.de



Unser Präsidium (v.l.n.r.): **Wolfgang Scheib** (Vizepräsident Aus- und Fortbildung), **Martin Weinitschke** (Geschäftsführer), **Claudia Altwasser** (Vizepräsidentin Frau im Sport), **Michael Maxheim** (Vizepräsident Vereinsförderung und -beratung), **Monika Sauer** (Präsidentin), **Fritz Langenhorst** (Vizepräsident Finanzen) und **Walter Desch** (Vizepräsident Sportentwicklung).
Es fehlt: Mehran Faraji (Vizepräsident Kinder- und Jugendsport)

Ihre Ansprechpartner in den Sportkreisen

1 Sportkreis Ahrweiler
Fritz Langenhorst
Tel.: (02646) 91150
Bergsteiger44@t-online.de

2 Sportkreis Altenkirchen
Dr. Michael Weber
siehe www.sportbund-rheinland.de

3 Sportkreis Bad Kreuznach
Wolfgang Scheib
Tel.: (06755) 625
Wolfgang.Scheib@t-online.de

4 Sportkreis Bernkastel-Wittlich
Günter Wagner
Tel.: (06534) 940258
Guenther1702@gmail.com

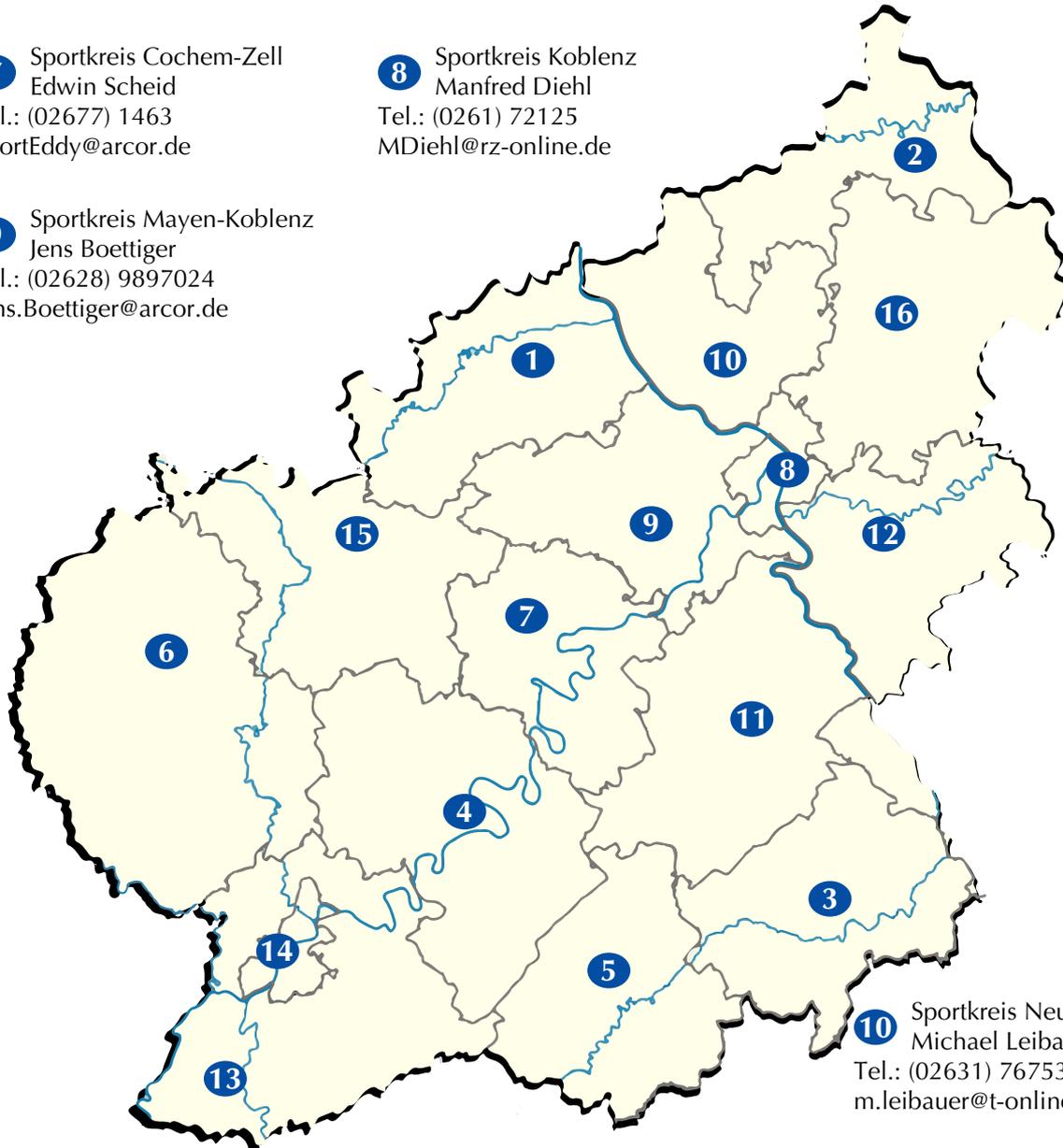
5 Sportkreis Birkenfeld
Bernd Pohl
Tel.: (06781) 23399
B-Pohl@t-online.de

6 Sportkreis Eifelkreis Bitburg-Prüm
Peter Michaeli
Tel.: (06525) 520
Peter.Michaeli@t-online.de

7 Sportkreis Cochem-Zell
Edwin Scheid
Tel.: (02677) 1463
SportEddy@arcor.de

8 Sportkreis Koblenz
Manfred Diehl
Tel.: (0261) 72125
MDiehl@rz-online.de

9 Sportkreis Mayen-Koblenz
Jens Boettiger
Tel.: (02628) 9897024
Jens.Boettiger@arcor.de



10 Sportkreis Neuwied
Michael Leibauer
Tel.: (02631) 76753
m.leibauer@t-online.de

11 Sportkreis Rhein-Hunsrück
Walter Desch
Tel.: (06762) 6484
info@walterdesch.de

12 Sportkreis Rhein-Lahn
Werner Hölzer
Tel.: (06432) 81545
Werner.Hoelzer@t-online.de

13 Sportkreis Trier-Saarburg
Felix Jäger
Tel.: (06589) 918914
Jaeger-Felix@t-online.de

14 Sportkreis Trier-Stadt
Michael Maxheim
Tel.: (0651) 300338
Michael.Maxheim@kabelmail.de

15 Sportkreis Vulkaneifel
Michael Bitdinger
Tel.: (06592) 10140
Michael@Bitdinger.de

16 Sportkreis Westerwald
Olaf Röttig
Tel.: (0261) 973878-51
Olaf.Roettig@BSV-RLP.de

■ Ihre Fachverbände

Name	Homepage
ADAC Mittelrhein	www.motorsport-mittelrhein.de
Aikido-Verband Rheinland-Pfalz	www.aikido-rheinland-pfalz.de
Amateurboxverband Rheinland	www.boxverband-rheinland.de
American Football und Cheerleading Verband Rheinland-Pfalz/Saarland	www.afv-rps.de
Badmintonverband Rheinland	www.bv-rheinland.de
Basketballverband Rheinland	www.bvrp.de
Basketballverband Rheinland-Pfalz	www.bvrp.de
Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz	www.bsv-rlp.de
Billard Verband Rheinland-Pfalz	www.billardverband-rlp.de
Bogensportverband Rheinland-Pfalz	www.bsv-rp.de
Deutscher Alpenverein Rheinland-Pfalz	www.dav-landesverband-rheinland-pfalz.de
DJK-Sportverband Diözesanverband Trier	www.djk-dv-trier.de
DLRG Landesverband Rheinland-Pfalz	www.rheinland-pfalz.dlrg.de
Fachverband Sportschießen	www.fachverband-sportschiessen-rheinland.de
Fechterbund Mittelrhein	www.fechten-mittelrhein.de
Fußballverband Rheinland	www.fv-rheinland.de
Gehörlosen-Sportverband Rheinland-Pfalz	www.gsv-rlp.de
Golfverband Rheinland-Pfalz/Saarland	www.lgv-rps.de
Handballverband Rheinland	www.hvrheinland.de
Hockeyverband Rheinland-Pfalz/Saar	www.rps-hockey.de
Judoverband Rheinland	www.judo-rheinland.de
Ju-Jutsu-Verband Rheinland-Pfalz	www.jjvrp.de
Kanuverband Rheinland	www.kanu-rheinland.de
Kegelsportverband Rheinland	www.lfv-rlp-kegeln.de
Landesfachverband Rheinland-Pfalz Kegeln	www.lfv-rlp-kegeln.de
Landes-Segler-Verband Rheinland-Pfalz	www.lsv-rp.de
Landesverband Sporttauchen Rheinland-Pfalz	www.lvst.de
Landesverband Motorbootsport Rheinland-Pfalz	www.lvm-rlp.de
Leichtathletik-Verband Rheinland	www.lvrheinland.de
Landesverband Naturfreunde Rheinland-Pfalz	www.naturfreunde-rlp.de
Luftsportverband Rheinland	
Luftsportverband Rheinland-Pfalz	www.lsvrp.de
Minigolfsport-Verband Rheinland-Pfalz	www.mrp-minigolfsport.de
Motorsportverband Rheinland-Pfalz	www.mvrp.de
Pétanque-Verband Rheinland-Pfalz	www.pvrlp.de
Pferde-Sport-Verband Rheinland-Nassau	www.psvrn.de
Pferde-Sport-Verband Rheinland-Pfalz	www.psvrp.de
Radsportverband Rheinland	www.radsportverband-rheinland.org
Rheinischer Schützenbund	www.rheinischer-schuetzenbund.de
Rheinland-Pfälzischer Eis- und Rollsportverband	www.rperv.de
Rheinland-Pfälzischer Karate-Verband	www.karate-rkv.de
Rheinland-Pfälzischer Triathlon	www.rtv-triathlon.de
Ruderverband Rheinland	www.ruderverband-rheinland.de
Schachverband Rheinland	www.schachverband-rheinland.de
Schwerathletikverband Rheinland	www.schwerathletik-rheinland.de
Schwimmverband Rheinland	www.svrheinland.de
Segler-Fachverband Rheinland	www.sfr-online.org
Skiverband Rheinland	www.skiverband-rheinland.de
Sportfischerverband Rheinland	www.sport-fischerverband-rheinland.de
Squash-Racket-Verband Rheinland-Pfalz	www.rs-squash.de
Südwestdeutscher Baseball- und Softballverband	www.swbsv.de
Taekwondo Union Rheinland-Pfalz	www.turp.de
Taekwondo Union Südwest	
Tanzsportverband Rheinland-Pfalz	www.trp-tanzen.org
Tennisverband Rheinland	www.tennisverband-rheinland.de
Tischtennisverband Rheinland/Rheinessen	www.rttvr.de
Turnverband Mittelrhein	www.tvm.org
Unabhängiger Fachverband Aikido Rheinland-Pfalz	www.fa-rlp.de
Volleyball-Verband Rheinland-Pfalz – Bezirksverband Rheinland	www.vv-rheinland.de

■ Teilnahmebedingungen

1. Teilnahmebedingungen für Lehrveranstaltungen

Bei allen durch den Sportbund Rheinland e.V. und die Sportjugend Rheinland angebotenen Lehrveranstaltungen gelten folgende Teilnahmebedingungen:

1.1 Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online über die Homepage www.sportbund-rheinland.de bzw. www.sportjugend-rheinland.de unter der Rubrik Bildung. Ihre Anmeldung ist verbindlich und wird in der Reihenfolge des Eingangs bei uns gebucht.

Folgende Angaben muss die Anmeldung enthalten:

- Veranstaltungsnummer, -titel und -datum
- Vorname, Name
- Anschrift
- Geburtsdatum
- E-Mail
- Verein
- unterschriebenes SEPA-Lastschriftmandat bei kostenpflichtigen Veranstaltungen

Folgende Angaben können mit ausdrücklichem Einverständnis freiwillig erfolgen:

- Telefon, Mobilnummer
- Funktion im Verein

1.2 Teilnehmergebühren

Die Aus- und Fortbildungsangebote werden vom Landessportbund Rheinland-Pfalz e.V. und vom Sportbund Rheinland e.V. bezuschusst. Diese Tatsache ermöglicht es uns unseren Mitgliedern ein qualitativ hochwertiges Aus- und Fortbildungsangebot für eine geringe Teilnahmegebühr anzubieten. Aus diesem Grund werden für Teilnehmer aus Nichtmitgliedsvereinen höhere Gebühren erhoben.

1.3 Zahlung

Zahlungen erfolgen grundsätzlich über das SEPA-Lastschriftverfahren. Bei Anmeldungen besteht Gültigkeit des SEPA-Lastschriftmandats bei Angabe der Kontaktdaten des Kontoinhabers und E-Mail-Adresse des Kontoinhabers. Sind Teilnehmer und Kontoinhaber nicht identisch oder der Teilnehmer minderjährig, ist die ausgedruckte Anmeldung mit vom Kontoinhaber unterschriebenem SEPA Lastschriftmandat an den Sportbund Rheinland e.V. zu übersenden. Soll die Teilnehmergebühr vom Vereinskonto abgebucht werden, so benötigt der Sportbund Rheinland ein generelles SEPA-Lastschriftmandat. Die jeweilige Gebühr wird innerhalb von vier Wochen nach Beginn der Veranstaltung vom angegebenen Konto eingezogen. Das Fälligkeitsdatum und Ihre Mandatsreferenz wird Ihnen mit der Einladung oder gesondertem Schreiben mitgeteilt.

Die Gläubiger-Identifikationsnummer des Sportbundes Rheinland e.V. lautet: DE26SBR00000486538

Bankbearbeitungsgebühren, die auf fehlerhafte Angaben zur Bankverbindung bzw. nicht gedeckte Konten zurückzuführen sind, werden dem Teilnehmer zusätzlich in Rechnung gestellt.

1.4 Anmeldebestätigung

Nach Absenden der Anmeldung erhalten Sie eine automatische Eingangsbestätigung. Nach Bearbeitung der vollständigen Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung bzw. sofern alle Plätze ausgebucht sind, einen Wartelistenbescheid. Sofern die Anmeldung nicht vollständig erfolgt und Angaben fehlen (z.B. unterschriebenes SEPA-Lastschriftmandat) erhalten Sie zunächst eine Reservierungsbestätigung. Die Anmeldebestätigung erhalten Sie, sobald die fehlenden Angaben vorliegen. Rechtzeitig vor der Veranstaltung erhalten Sie eine Einladung und das Programm. In der Regel gelten für alle Veranstaltungen Mindestteilnehmerzahlen. Der Sportbund Rheinland e.V. und die Sportjugend Rheinland behalten sich vor, die Veranstaltung bei nicht erreichter Mindestteilnehmerzahl abzusagen.

1.5 Rücktritt

Eine Abmeldung/Rücktritt kann kostenfrei bis zu 7 Tagen vor Beginn der Veranstaltung nur in schriftlicher Form erfolgen. Ab dem 6. Tag wird die volle Lehrgangsg Gebühr als Stornogebühr fällig. Auch bei Abwesenheit ohne schriftliche Abmeldung werden die Kosten in voller Höhe abgebucht. Ein Widerspruch zur erteilten Abbuchung entbindet den Teilnehmer nicht von einer Zahlung. Im Falle einer Erkrankung wird ein ärztliches Attest anerkannt.

1.6 Fahrgemeinschaften

Auf der Anmeldung können Sie Ihr Einverständnis zur Veröffentlichung Ihrer Kontaktdaten auf der Teilnehmerliste zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften geben. Bei Erteilung des Einverständnisses werden Ihre Kontaktdaten ausschließlich an die Teilnehmer der Veranstaltung weitergegeben, für die Sie sich angemeldet haben.

1.7 Urheberrechte

Die dem Teilnehmer ausgehändigten Lehrgangsunterlagen und andere für Lehrgangszwecke überlassene Medien sind urheberrechtlich geschützt. Die Vervielfältigung Weitergabe oder anderweitige Nutzung – auch auszugsweise – ist nur nach ausdrücklicher schriftlicher Zustimmung des Veranstalters gestattet.

1.8 Datenschutz

Zur Erfüllung des Vertragsverhältnisses werden unter Beachtung der Vorgaben der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) und des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) personenbezogene Daten über persönliche und sachliche Verhältnisse der Teilnehmer verarbeitet.

Soweit die in den jeweiligen Vorschriften beschriebenen Voraussetzungen vorliegen, hat jeder Teilnehmer insbesondere die folgenden Rechte:

- das Recht auf Auskunft nach Artikel 15 DS-GVO,
- das Recht auf Berichtigung nach Artikel 16 DS-GVO,
- das Recht auf Löschung nach Artikel 17 DS-GVO,
- das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Artikel 18 DS-GVO,
- das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Artikel 20 DS-GVO und
- das Widerspruchsrecht nach Artikel 21 DS-GVO.

Den Organen des Sportbundes Rheinland e.V., seinen Mitarbeitern oder sonst für den Verband Tätigen ist es untersagt, personenbezogene Daten unbefugt zu anderen als dem jeweiligen zur Aufgabenerfüllung gehörenden Zweck zu verarbeiten, bekannt zu geben, Dritten zugänglich zu machen oder sonst zu nutzen. Diese Pflicht besteht auch über das Ausscheiden der oben genannten Personen aus dem Verband hinaus.

Zur Wahrnehmung der Aufgaben und Pflichten nach der EU-Datenschutz-Grundverordnung und dem Bundesdatenschutzgesetz hat das Präsidium des Sportbundes Rheinland e.V. einen Datenschutzbeauftragten bestellt. Nähere Information zur Verarbeitung der Teilnehmerdaten entnehmen Sie bitte den Informationspflichten auf der Homepage www.sportbund-rheinland.de.

1.9 Web-Seminare

Unsere Web-Seminare laufen über die Plattform Zoom, dazu nutzen wir edubreak® dialog als unseren Vertragspartner. Wir bitten Sie, bei Betreten der Web-Seminare Ihren Vor- und Nachnamen in der Anmeldemaske anzugeben, damit eine Zuordnung Ihrer Person und damit eine Anerkennung der absolvierten LE möglich ist. Ihr Name ist bei Web-Seminaren lediglich für die Mitarbeiter des Sportbundes Rheinland sichtbar. Weitere personenbezogene Daten werden nicht an Zoom weitergegeben. Weiterhin weisen wir daraufhin, dass unsere virtuellen Räume gesichert sind, und man nicht mittels einer beliebigen Meeting-ID den Raum betreten kann.

1.10 Kamerapflicht

Um die Qualität in unseren Sportpraxis Aus- und Fortbildungen zu gewährleisten, ist die Möglichkeit zur individuellen Anleitung und Korrektur für Positionen und Bewegungsausführungen durch den Trainer/Referenten ein wichtiger Bestandteil. Ebenso ist uns auch bei Web-Seminaren die Interaktion und Kommunikation mit dem Trainer/Referenten – jedoch auch unter den Teilnehmenden – sehr wichtig, um ein optimales Lehr-Lern-Setting zu gestalten. Zuletzt wollen wir auch einem potentiellen Missbrauch dadurch vorbeugen, dass niemand anonym an den Web-Seminaren teilnehmen kann, sondern sich alle Teilnehmenden mit Bild und Ton – und somit erkenntlich und auf Augenhöhe wie auch im Präsenzsport – begegnen. Daher ist eine Teilnahme an unseren Online-Praxisseminaren grundsätzlich nur möglich, wenn die Kamera und der Ton an Ihrem Endgerät dauerhaft freigeschaltet ist.

Für den Bereich Vereinsmanagement gilt die Kamerapflicht für die Teilnahme an Online-Prüfungen der Vereinsmanagerausbildung.

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung.



ARAG. Auf ins Leben.



Auf Sicherheit programmiert

Ob Virus oder Hacker-Angriff: Der ARAG CyberSchutz für Sportvereine unterstützt Ihren Verein durch effektive Sofort-Maßnahmen und schützt Sie vor den finanziellen Folgen durch Cyber-Kriminalität.

Mehr unter www.ARAG-Sport.de





 **LOTTO**
 Rheinland-Pfalz
Partner des Sports

