

PROGRAMMSCHULUNG SPORT PRO GESUNDHEIT

LAUFEND UNTERWEGS

- Ausrichter:** Bremer Leichtathletik-Verband / Vitales Service gUG (haftungsbeschränkt)
- Termin:** Samstag, 25. Februar 2017
- Ort:** Leichtathletikhalle im Weserstadion
(Der Zugang zur Stadionhalle erfolgt von der zur Weser gelegenen Stadionseite)
Auf dem Peterswerder
Bremen
- Zielgruppe:** Die Kursleiter, die das Programm in den Vereinen umsetzen, sind ein wesentlicher Garant für die Qualität und den Erfolg des Programmes. Von den Kursleitern wird hohe fachliche Kompetenz gefordert. Dies zeigt sich in den Voraussetzungen, die erfüllt werden müssen:
- ▲ Ausbildung Übungsleiter/in – B „Sport in der Prävention“ Profil „Herz-Kreislauf“
- oder
- ▲ Bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung
- Personen, die eine C-Trainer-Lizenz besitzen können ebenfalls an der Schulung teilnehmen, allerdings können diese keine SPORT PRO GESUNDHEIT-Kurse anbieten.
- Anerkennung:** Dieser Fortbildungslehrgang wird mit 8 UE anerkannt. Die Programmschulung ist mittlerweile bei der ZPP (Zentrale Prüfstelle Prävention) Voraussetzung um eine Bezuschussung seitens der Krankenkassen für die Kursteilnehmer zu erhalten.
- Themen/Inhalte:**
- | | |
|-------|--|
| 09:00 | Begrüßung, Vorstellungsrunde, inhaltlicher Überblick (Theorie) |
| 09:30 | Vorstellung des Manuals und des SPG-Siegels (Theorie) |
| 10:00 | Die Kurseinheiten und Infoblätter im Überblick (Theorie) |
| 10:30 | Durchführung exemplarischer Stundenelemente: Koordination, Mobilisation, Kräftigung (Praxis) |
| 11:15 | Der Einstieg ins Laufen (Praxis) |
| 12:00 | Mittagspause |
| 13:00 | Methodische Hinweise (Theorie) |
| 13:45 | Das Lauf-ABC (Praxis) |
| 14:30 | Intervalle laufen, Fahrtspiel (Praxis) |
| 15:15 | Durchführung exemplarischer Dehnübungen (Praxis) |
| 15:30 | Zusammenfassung, Liegendebliebenes, Rückmeldung |
| 16:00 | Ende |

- Referenten:** Claudia Levenig (Herne) - Lehrtrainer FLVW
- Referenten und zeitlicher Ablauf können sich kurzfristig ändern.
- Kosten/Leistungen:** 60 Euro pro Teilnehmer (DLV-Mitglieder), 100 Euro (Nicht-DLV-Mitglieder). Die Bezahlung erfolgt per Überweisung mit der Anmeldung auf nachstehendes Konto:
Vitales Service gUG (haftungsbeschränkt)
APO Bank
IBAN: DE07300606010001928198
SWIFT-BIC: DAAEDEDXXX
Im Preis inbegriffen sind die Lehrgangsgebühren.
- Stornoregelung:** Aufgrund der Kurzfristigkeit des Termins keine Stornoregelung.
- Info/Auskünfte** **Vitales Service gUG (haftungsbeschränkt)**
info@vitaless.de
- Mitzubringen sind:** Pulsuhr, Sportbekleidung für drinnen und draußen, Aufgeschlossenheit und gute Laune
- Anfahrt:** Wegbeschreibung unter nachfolgendem Link:
<http://k13.de/stadion/stadion.php?id=277>