

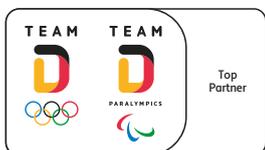




# Von Anfang an gemeinsam.

**Weil's um mehr als Medaillen geht: Wir fördern Spitzen- und Breitensportler:innen – vom ersten Training bis zum Treppchen.**

[mehralsgeld.sparkasse.de/sportfoerderung](https://mehralsgeld.sparkasse.de/sportfoerderung)



**Weil's um mehr als Geld geht.**



# Vorwort

Liebe Leser\*innen,

die Corona-Pandemie hat uns in den vergangenen zwei Jahren gelehrt, wie wichtig die positiven sozialen und gesundheitlichen Effekte des Sporttreibens sowie die Teilnahme an digitalen Bildungsangeboten ist.

Auch der Deutsche Behindertensportverband (DBS) hat auf die besondere Situation reagiert, indem er im Bereich Bildung/Lehre temporäre Änderungen zur Lizenzverlängerung sowie die digitale Durchführung von Teilen der Aus- und Fortbildungen ermöglicht hat.

Obwohl nun wieder der Großteil der Angebote in Präsenz stattfinden kann, möchten wir die zunehmende Digitalisierung weiter begleiten. Hierzu bieten unsere Landes- und Fachverbände sowie die DBS-Akademie eine Vielzahl an Aus- und Fortbildungen (in Teilen) online an. Entsprechende Veranstaltungen sind in dem DBS-Lehrgangsplan 2022 mit Markern versehen, die auf die zahlreichen E-Learning Angebote hinweisen.

Was aber bei allem Wandel gleichbleibt, ist die Möglichkeit an einer für Sie passenden Qualifizierung im Bereich der Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote für Menschen mit Behinderung im Bildungsjahr 2022 teilzunehmen.

Ebenfalls gleich geblieben ist der Aufbau des E-Papers: Sie haben auf jeder Seite des DBS-Lehrgangsplans die Möglichkeit mit einem Klick auf den Button „Inhaltsverzeichnis“ dieses einzusehen und von dort direkt zu der von Ihnen gewünschten Stelle zu „springen“. Auch werden Ihnen auf jeder Seite über einen Button die jeweiligen Kontaktdaten angezeigt. Zu den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und Teilnahmemodalitäten gelangen Sie ebenfalls durch eine direkte Weiterleitung auf die Internetseiten unserer Landes- und Fachverbände sowie der DBS-Akademie. Damit wird auch die schnelle Kontaktaufnahme erleichtert.

Bedanken möchten wir uns an dieser Stelle bei den qualifizierten Übungsleiter\*innen sowie Trainer\*innen, die tagtäglich die Teilnehmer\*innen zum Sporttreiben motivieren und insbesondere unter diesen besonderen Umständen beeindruckende Arbeit leisten. Nicht zu vergessen sind hierbei die Referent\*innen der Landes- und Fachverbände sowie der DBS-Akademie, die die Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen in den Bildungsmaßnahmen darauf vorbereiten, Sportangebote für Menschen mit Behinderungen, von Behinderung Bedrohten und chronisch Erkrankten fachgerecht anzuleiten.

Im Namen des Ausschusses Bildung/Lehre des DBS möchte ich mich für das großartige und unermüdliche Engagement der Landes- und Fachverbände sowie der DBS-Akademie, die in diesen schwierigen Zeiten mit hohem Aufwand den Aus- und Fortbildungsbetrieb weitgehend aufrechterhalten haben, bedanken. Meine besondere Wertschätzung gilt auch Ihnen für Ihr persönliches Engagement für Menschen mit Behinderungen, die nach den langen Entbehrungen der Pandemie langsam wieder an den für sie so wichtigen Bewegungsangeboten teilnehmen können. Dafür bedarf es eines hohen Maßes an Kreativität und individuellen Einsatzes!

Klicken Sie sich nun gerne durch den DBS-Lehrgangsplan 2022. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Erkunden sowie bei Ihrer Teilnahme an den Aus-, Fort- oder Weiterbildungen in den Strukturen des DBS.

Dr. Vera Jaron  
Vizepräsidentin Bildung/Lehre



Foto: Robert Kneschke, Fotolia



# Gemeinsam beim Sport. Damit alle gewinnen.

Du willst Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung zusammenbringen? Oder hast neue Ideen für ein sportliches Miteinander? Dann fördern wir dein Projekt! Damit aus einem „Dabei sein ist alles“ ein „Dabeisein für alle“ wird. [www.aktion-mensch.de](http://www.aktion-mensch.de)

**DAS WIR GEWINNT**

**Aktion  
MENSCH**

→ Sei dabei unter [www.aktion-mensch.de](http://www.aktion-mensch.de)

# Inhaltsverzeichnis

<b>Ausbildungssystem</b> .....	<b>5</b>
<b>Informationen für Teilnehmer*innen</b> .....	<b>6</b>
<b>Anerkennung von Vorqualifikationen</b> .....	<b>8</b>
<b>Kontaktdaten der Landes-/Fachverbände und der DBS-Akademie</b> .....	<b>10</b>
<b>Abkürzungen</b> .....	<b>12</b>
<b>Ausbildungslehrgänge</b> .....	<b>13</b>
Block 10 – Grundlagen .....	13
Block P8 – Verkürzte Grundlagen .....	19
Block P16 – Verkürzte Grundlagen .....	20
Block 30 – Orthopädie .....	23
Block 40 – Innere Medizin .....	30
Block 60 – Neurologie .....	32
Block 70 – Geistige Behinderung .....	33
Block 80 – Psychiatrie .....	34
Block 100 – Breitensport .....	35
Block 300 – Leistungssport .....	36
Block 400 – Leistungssport .....	36
Sonderlehrgänge – Physiotherapeut*innen.....	37
Sonderlehrgänge – Lehrer*innen.....	40
Sonderlehrgänge – Fitnesstrainer*innen .....	41
<b>Weiterbildungslehrgänge</b> .....	<b>43</b>
Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins .....	43
Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung.....	44
<b>Fortbildungslehrgänge</b> .....	<b>46</b>
Baden .....	46
Bayern .....	51
Berlin .....	62
Brandenburg .....	75
Bremen.....	79
Hamburg .....	82
Hessen.....	84
Mecklenburg-Vorpommern .....	95
Niedersachsen.....	97
Nordrhein-Westfalen .....	108
Rheinland-Pfalz .....	146
Saarland .....	160
Sachsen .....	164
Sachsen-Anhalt .....	176
Schleswig-Holstein .....	181
Thüringen.....	184
Württemberg .....	189
Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.....	194
DBS-Akademie .....	196
Deutsche Behindertensportjugend (DBSJ).....	198

# Impressum

## **IMPRESSUM**

Herausgeber: Deutscher Behindertensportverband e.V.

- im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung -

Tulpenweg 2-4

50226 Frechen

Tel.: 02234-6000-0

Fax: 02234-6000-150

E-Mail: [info@dbs-npc.de](mailto:info@dbs-npc.de)

Internet: [www.dbs-npc.de](http://www.dbs-npc.de)

In Kooperation mit seinen Landes- und Fachverbänden, der Deutschen Behindertensportjugend sowie der DBS-Akademie gGmbH.

# Ausbildungssystem

Das Ausbildungssystem des DBS ist modular aufgebaut und beginnt mit den Grundlagen für den Sport von Menschen mit Behinderung (Block 10) für alle Lizenzen. Erst nach erfolgreicher Teilnahme oder Anerkennung dieses Blockes ist eine Teilnahme an den Profilblöcken der jeweiligen Lizenzen möglich.

## Basis für alle Lizenzstufen

- Block 10 – Grundlagen 90 LE

## Sport in der Rehabilitation

- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Orthopädie (Block 30) 90 LE
- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Innere Medizin (Block 40) 120 LE
- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Sensorik (Block 50) 90 LE
- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Neurologie (Block 60) 90 LE
- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Geistige Behinderung (Block 70) 90 LE
- Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation – Psychiatrie (Block 80) 90 LE

## Breitensport

- Übungsleiter\*in C – Breitensport – Behindertensport (Block 100) 30 LE
- Übungsleiter\*in B – Breitensport – Behindertensport (Block 200) 60 LE

## Präventionssport

- Übungsleiter\*in B – Präventionssport für Menschen mit Behinderung 90 LE

## Leistungssport

- Trainer\*in C – Leistungssport – Behindertensport 30 LE
- Trainer\*in B – Leistungssport – Behindertensport 60 LE
- Trainer\*in A – Leistungssport – Behindertensport 90 LE



ÜzSds = Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins  
LE = Lerneinheit á 45min

# Informationen für Teilnehmer\*innen

Grundlage für die Aus-, Fort- und Weiterbildungslehrgänge in den Strukturen des Deutschen Behindertensportverbandes e.V. (DBS) stellen die „**Rahmenrichtlinien zur Qualifizierung im Deutschen Olympischen Sportbund e.V. (DOSB)**“ sowie die „**Richtlinien für die Ausbildung im Deutschen Behindertensportverband e.V.**“ dar. Detaillierte Informationen zu den Bildungsmaßnahmen finden Sie auf den jeweiligen Internetseiten der Landes- bzw. Fachverbände oder der DBS-Akademie (Kontaktdaten auf den **Seiten 10 und 11**).

## Teilnahmevoraussetzungen

Als Teilnahmevoraussetzung an den Bildungsmaßnahmen im DBS gilt das Mindestalter von 18 Jahren. Eine Vorqualifikation wird nicht vorausgesetzt. Bestimmte Ausbildungs- und Studiengänge können als Vorkenntnisse anerkannt werden und eine Verkürzung der Ausbildungszeit begründen (siehe Anerkennungstabelle auf Seite 9). Hierfür muss ein Antrag beim zuständigen Landes- oder Fachverband gestellt werden.

## Lehrgangsanmeldung

Die Lehrgangsanmeldung erfolgt beim ausrichtenden Landes- bzw. Fachverband. Für die Anmeldung stehen Ihnen Anmeldeformulare bzw. ein Online-Portal zur Verfügung, die auf der Website des entsprechenden Lehrgangsanbieters zu finden sind. Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen zum Lehrgang. Der Landes- bzw. Fachverband ist dabei Ansprechpartner bei allen Fragen rund um den Lehrgang und behält sich Änderungen des Lehrganges vor.

## Ausbildungskosten

Die Kosten der Aus-, Fort- und Weiterbildungen sind aufgrund der verschiedenen Förderbedingungen in den einzelnen Landes- bzw. Fachverbänden unterschiedlich geregelt. Die genauen Kosten sind den Ausschreibungen der Lehrgänge zu entnehmen. Die Kosten unterscheiden sich meist für Teilnehmer\*innen, die einem Verein aus dem ausrichtenden Landesverband angehören zu den Kosten für Teilnehmer\*innen, die einem Verein aus einem anderen Landes- bzw. Fachverband angehören sowie externen Teilnehmer\*innen, die keinem Mitgliedsverein des DBS zugehörig sind. Weitere Informationen zu den Ausbildungskosten und den Zahlungsfristen sind der Website des jeweiligen Lehrgangsanbieters zu entnehmen.

## Dauer der Ausbildung

Die Ausbildungen in der ersten Lizenzstufe umfassen 120 Lerneinheiten (Übungsleiter\*in C Breitensport, Trainer\*in C Leistungssport). Die Ausbildungen in der zweiten Lizenzstufe umfassen 180 Lerneinheiten (Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation, Übungsleiter\*in B Breitensport, Trainer\*in B Leistungssport; Ausnahme: Profil Innere Medizin: 210 Lerneinheiten). Eine Lerneinheit umfasst 45 Minuten. Einige Lerneinheiten werden durch Heimstudium/Hausarbeiten, Hospitationen und Lernerfolgskontrollen abgedeckt. Die Ausbildung muss innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein.

## Lehrgangsmaterialien

Die Materialien für den jeweiligen Lehrgang werden den Teilnehmer\*innen über den Lehrgangsanbieter zur Verfügung gestellt. Hierzu nutzen viele Lehrgangsanbieter die Lern- und Austauschplattform DBS-IP sowie ILIAS. Weitere Informationen hierzu finden Sie nachfolgend:

## DBS-IP

DBS-IP ist die Austausch- und Lernplattform des DBS. Da es sich hierbei um ein geschlossenes System handelt, erfolgt der Zugang für die Lehrgangsteilnehmer\*innen nur über personalisierte Zugangsdaten, die per E-Mail zugeschickt werden. Die Teilnehmer\*innen haben die Möglichkeit die eingestellten Lehrgangsunterlagen (z. B. Manuskripte, Link- und Literaturlisten, Informationen rund um die Aus-, Fort- oder Weiterbildung) anzusehen und herunterzuladen. Zudem besteht die Möglichkeit sich innerhalb der Veranstaltung mit den anderen Kursteilnehmer\*innen auszutauschen, Forenbeiträge zu schreiben, gemeinsam Inhalte zu erarbeiten sowie mit dem\*der Lehrgangsleiter\*in in Kontakt zu treten. Sie finden die Lernplattform DBS-IP unter [www.dbs-ip.de](http://www.dbs-ip.de).

Zudem nutzen einige Lehrgangsanbieter die Lernplattform ILIAS für den Einsatz von E-Learning Modulen in den Aus- und Fortbildungen. Die Anmeldung erfolgt über eine Verknüpfung zu DBS-IP.

## Beantragung der Lizenz

Nach regelmäßiger und aktiver Teilnahme an allen Lehrgangsterminen wird dem\*der Teilnehmer\*in eine Teilnahmebescheinigung durch den Lehrgangsanbieter ausgestellt. Lizenzen werden auf Antrag beim zuständigen Landes- oder Fachverband ausgestellt. Dazu werden die folgenden Unterlagen benötigt:

- Nachweis der Erste Hilfe-Grundausbildung (9 Lerneinheiten – nicht älter als 2 Jahre)
- Teilnahmebescheinigung des besuchten Ausbildungslehrganges
- „Ehrenkodex für alle ehren- und hauptamtlich Tätigen in Sportvereinen und -verbänden des DBS“
- **Bestätigung eines Mitgliedsvereins des DBS über die Mitgliedschaft/Übungsleitertätigkeit**

# Informationen für Teilnehmer\*innen

## Gültigkeit der Lizenz

Die Gültigkeit der Lizenz beginnt mit dem Datum der Ausstellung. Dabei beträgt die Gültigkeitsdauer maximal 4 bzw. im Bereich der Inneren Medizin maximal zwei Jahre. Die jeweilige Gültigkeit ist auf der ausgestellten Lizenz aufgeführt.

## Verlängerung der Lizenz

Innerhalb der Gültigkeitsdauer von 4 bzw. 2 Jahren (Profil Innere Medizin) ist der Nachweis einer Fortbildung mit mindestens 15 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung beim zuständigen Landes- oder Fachverband einzureichen. Die Lizenzen können nur dann verlängert werden, wenn zudem die **Tätigkeit/Mitgliedschaft in einem Mitgliedsverein des DBS** nachgewiesen wird. Es gelten folgende Regelungen bei Überschreiten der Gültigkeitsdauer:

### Regelung für Lizenzen mit einer Gültigkeitsdauer von 4 Jahren:

**Fortbildung im ersten Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:** Die Gültigkeitsdauer wird mit Nachweis einer oder mehrerer Fortbildungsveranstaltungen mit mindestens 15 LE um die vorgeschriebene Gültigkeitsdauer abzüglich eines Jahres verlängert.

**Fortbildung im zweiten und dritten Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:** Die Gültigkeitsdauer wird mit Nachweis einer oder mehrerer Fortbildungsveranstaltungen mit mindestens 30 LE um die vorgeschriebene Gültigkeitsdauer abzüglich von zwei bzw. drei Jahren verlängert.

**Überschreitung der Gültigkeit um mehr als drei Jahre:** Bei einer Überschreitung der Gültigkeitsdauer um mehr als drei Jahre verliert die Lizenz ihre Gültigkeit und die gesamte Ausbildung muss wiederholt werden.

### Sonderregelung für Lizenzen „Innere Medizin“ mit einer Gültigkeitsdauer von 2 Jahren:

**Fortbildung in den ersten drei Monaten nach Ablauf der Gültigkeit:** Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird mit Nachweis einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 Lerneinheiten um die vorgeschriebene Gültigkeitsdauer abzüglich eines Jahres verlängert.

**Fortbildung ab dem vierten Monat bis zum Ende des zweiten Jahres nach Ablauf der Gültigkeit:** Die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach Nachweis einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 30 Lerneinheiten um die vorgeschriebene Gültigkeitsdauer.

**Überschreiten der Gültigkeitsdauer von mehr als 2 Jahren:** Beim Überschreiten der Gültigkeitsdauer von mehr als 2 Jahren verliert die Lizenz ihre Gültigkeit und die gesamte Ausbildung muss wiederholt werden.

## Anerkennung von Fortbildungen für die Lizenzverlängerung

Alle im DBS-Lehrgangsplan veröffentlichten Fortbildungen werden bundesweit zur Lizenzverlängerung anerkannt. Mit der Verlängerung der Gültigkeitsdauer für eine Lizenzstufe werden die unteren Lizenzstufen für ihre Gültigkeitsdauer ebenfalls verlängert. Dies gilt auch für höhere Lizenzstufen. Zur Verlängerung der Lizenz „Übungsleiter\*in B Sport in der Rehabilitation Innere Medizin“ wird eine Fortbildung mit dem Thema „Reanimation in Herzsportgruppen“ mit 4 Lerneinheiten empfohlen. Bei Interesse an externen Fortbildungen sollte vorab mit dem zuständigen Landes- oder Fachverband abgestimmt werden, ob die externe Fortbildung zur Lizenzverlängerung anerkannt werden kann.

## Versicherungsschutz

Für die Teilnehmer\*innen, die einem Mitgliedsverein im DBS angehören, besteht eine Haftungs- und Unfallversicherung auf Grundlage der Versicherungsverträge der Landessportbünde für Vereinsmitglieder. Für externe Teilnehmer\*innen besteht keine Haftungs- und Unfallversicherung.

## Bildungsurlaub

Bildungsurlaub ist eine besondere Form des Urlaubes, der der beruflichen oder politischen Weiterbildung dient. Die Bundesländer verabschieden hierzu eigene Landesgesetze, die den Arbeitnehmer\*innen einen Anspruch auf Gewährung von Bildungsurlaub geben. Bildungsurlaub wird nicht in allen Bundesländern anerkannt. Weitere Informationen rund um das Thema Bildungsurlaub finden Sie auf der Website des jeweiligen Lehrganganbieters.

## Lizenzen im Rehabilitationssport

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass ein\*e Übungsleiter\*in ohne eine gültige Übungsleiterlizenz keine anerkannte Rehabilitationssportgruppe leiten darf und somit eine Abrechnung mit den Kostenträgern nicht möglich ist. Die gültigen Lizenzen sind zudem Voraussetzung für die öffentliche Bezuschussung der Tätigkeit in den Sportvereinen und Abteilungen. Die Lizenzen sind im gesamten Bereich des DOSB gültig.

## Bezahlung des Lehrganges

Für die fristgerechte Bezahlung des Lehrganges ist der\*die Teilnehmer\*in verantwortlich. Bei nicht fristgerechter Zahlung behalten sich die Landes- und Fachverbände das Recht vor, den Teilnahmeplatz an eine andere Person zu vergeben.

# Anerkennung von Vorqualifikationen

Mit entsprechendem Nachweis über abgeschlossene Ausbildungs- oder Studiengänge kann eine Verkürzung der Ausbildungen im DBS beantragt werden. Entscheidungen zur Verkürzung der Ausbildungen unterliegen der Einzelfallprüfung. Die folgende Tabelle dient als Orientierung, für welche Ausbildungsblöcke entsprechende Vorqualifikationen anerkannt sind.

	Ausbildungsblöcke									
	10	30	40	50	60	70	80	90	100	300
Dipl.-Sportwissenschaftler/in, Dipl.-Sportlehrer/in, Bachelor/Master Sportwissenschaft (Schwerpunkt: Behinderten-/ Rehabilitationssport)	①	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤
Dipl.-Sportwissenschaftler/in, Dipl.-Sportlehrer/in, Sportlehrer/in (Lehramt), Magister Sportwissenschaft, Bachelor/Master Sportwissenschaft oder Sportmanagement	②	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤
Gymnastiklehrer/in	③	③	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘
Motopädagoge/in o. ä.	①	⊘	⊘	✓	✓	✓	⊘	⊘	⊘	⊘
Sonderpädagoge/in (Schwerpunkt: Sport- oder Bewegungserziehung)	①	✓	⊘	✓	✓	✓	✓	⊘	⊘	⊘
Physiotherapeut/in	④	④	④	⊘	④	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘
Übungsleiter/in- und Trainer/in-Lizenzen (C-, B- und A-Stufe) eines anderen Fach- oder Spitzenverbandes im DOSB	②	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘

anerkannt    
 teilweise anerkannt    
 nicht anerkannt    
 LE = Lerneinheiten

- ① Teilanerkennung der Inhalte von Block 10. Es muss ein Pflichtteil mit 8 LE absolviert werden, der die Schwerpunkte Sportorganisation, Recht, Verwaltung und Umgang mit Behinderungen beinhaltet.
- ② Teilanerkennung der Inhalte von Block 10. Es muss ein Pflichtteil mit 16 LE absolviert werden, der die Schwerpunkte Sportorganisation, Recht, Verwaltung, Umgang mit Behinderungen und Grundlagen der Behinderungen beinhaltet.
- ③ Es werden spezielle Sonderlehrgänge für Lehrer/innen (Sport- und Gymnastiklehrer/innen, Diplom-Sportlehrer/innen und Diplom-sportwissenschaftler/innen) durchgeführt. Hier werden in 50 Lerneinheiten, die fehlenden Inhalte aus den Blöcken 10 und 30 vermittelt.

- ④ Es werden spezielle Sonderlehrgänge für Physiotherapeuten/innen mit folgendem Umfang durchgeführt: Block 10 mit 36 LE, Block 30 mit 16 LE, Block 40 mit 60 LE und Block 60 mit 16 LE.
- ⑤ Aufgrund der vielfältigen Studienrichtungen und –schwerpunkten bei den Bachelor- und Masterstudiengängen müssen die Abschlüsse/Qualifikationen im Einzelfall geprüft. Interessenten wenden sich an den zuständigen Landes- oder Fachverband oder an die DBS-Akademie.



# WIR SIND TEAM TOYOTA.



## MEISTERN JEDE HERAUSFORDERUNG.

Unsere Athleten beweisen jeden Tag aufs Neue, dass Wille, Leidenschaft und das Streben nach ständiger Verbesserung zum Erfolg führen. Als starker Partner des Team Deutschland und des Team Deutschland Paralympics sind wir stolz auf unsere Sportler. Auch über Tokio 2020NE hinaus.



Kraftstoffverbrauch RAV4 Team Deutschland, 2.5 l Hybrid (4x2), innerorts/außerorts/kombiniert: 4,5/5,0/4,6 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 105 g/km. Gesetzl. vorgeschriebene Angaben gem. Pkw-EnVKV, basierend auf NEFZ-Werten. Die Kfz-Steuer richtet sich nach den häufig höheren WLTP-Werten.

# Kontaktdaten



**Badischer Behinderten- und  
Rehabilitationssportverband e.V.**  
Mühlstraße 68  
76532 Baden-Baden  
Tel.: 07221-39618-0  
Fax: 07221-39618-18  
[bbs@bbsbaden.de](mailto:bbs@bbsbaden.de)  
[www.bbsbaden.de](http://www.bbsbaden.de)



**Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband Bayern e.V.**  
Georg-Brauchle-Ring 93  
80992 München  
Tel.: 089-544189-0  
Fax: 089-544189-99  
[lehre@bvs-bayern.com](mailto:lehre@bvs-bayern.com)  
[www.bvs-bayern.com](http://www.bvs-bayern.com)



**Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband Berlin e.V.**  
Hanns-Braun-Str./Kursistenflügel  
14053 Berlin  
Tel.: 030-30833870  
Fax: 030-308338720  
[info@bsberlin.de](mailto:info@bsberlin.de)  
[www.bsberlin.de](http://www.bsberlin.de)  
[www.sportbildung.berlin](http://www.sportbildung.berlin)



**Behinderten- und  
Rehabilitationssportverband  
Brandenburg e.V.**  
Dresdener Straße 18  
03050 Cottbus  
Tel.: 0355-48646326  
Fax: 0355-48646329  
[thomel@bsbrandenburg.de](mailto:thomel@bsbrandenburg.de)  
[www.bsbrandenburg.de](http://www.bsbrandenburg.de)



**Behinderten Sportverband  
Bremen e.V.**  
Heinstraße 25-27  
28213 Bremen  
Tel.: 0421-2778445  
Fax: 0421-9606090  
[anmeldung@behindertensport-bremen.de](mailto:anmeldung@behindertensport-bremen.de)  
[www.behindertensport-bremen.de](http://www.behindertensport-bremen.de)



**Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband Hamburg e.V.**  
Schäferkampsallee 1  
20357 Hamburg  
Tel.: 040-41908155  
040-41908157  
Fax: 040-41908158  
[mail@brs-hamburg.de](mailto:mail@brs-hamburg.de)  
[www.brs-hamburg.de](http://www.brs-hamburg.de)



**Hessischer Behinderten- und  
Rehabilitations-Sportverband e.V.**  
Esperantostraße 3  
36037 Fulda  
Tel.: 0661-869769-0  
Fax: 0661-869769-29  
[lehre@hbrs.de](mailto:lehre@hbrs.de)  
[www.hbrs.de](http://www.hbrs.de)



**Verband für Behinderten- und  
Rehabilitationssport Mecklenburg-  
Vorpommern e.V.**  
Kopernikusstraße 17a  
18057 Rostock  
Tel.: 0381-80877051  
Fax: 0381-721753  
[kontakt@vbrs-mv.de](mailto:kontakt@vbrs-mv.de)  
[www.vbrs-mv.de](http://www.vbrs-mv.de)



Behinderten Sportverband  
Niedersachsen

**Behinderten-Sportverband  
Niedersachsen e.V.**  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover  
Tel.: 0511-12685104  
Fax: 0511-126845100  
[info@bsn-ev.de](mailto:info@bsn-ev.de)  
[www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)

# Kontaktdaten



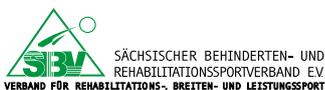
**Behinderten- und Rehabilitations-sportverband Nordrhein-Westfalen e.V.**  
Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Tel.: 0203-7174-157  
Fax: 0203-7174-163  
[neuwald@brsnw.de](mailto:neuwald@brsnw.de)  
[www.brsnw-qualifizierung.de](http://www.brsnw-qualifizierung.de)



**Behinderten- und Rehabilitations-sport-Verband Rheinland-Pfalz e.V.**  
Parkstr. 7  
56075 Koblenz  
**Sebastian Kamps:** 0261-97387850  
[sebastian.kamps@bsv-rlp.de](mailto:sebastian.kamps@bsv-rlp.de)  
**Mara Kozulovic:** 0261-97387853  
[mara.kozulovic@bsv-rlp.de](mailto:mara.kozulovic@bsv-rlp.de)  
Fax: 0261-97387859  
[www.bsv-rlp.de](http://www.bsv-rlp.de)



**Behinderten- und Rehabilitations-sportverband Saarland e.V.**  
Hermann Neuberger Sportschule 4  
66123 Saarbrücken  
Nebenstelle (Anmeldungen):  
Frau Rike Sonnenschein  
Postfach 2203, 66722 Saarlouis  
Tel.: 0681-3879444  
Fax: 0681-3879309  
[sonnenschein@brs-saarland.de](mailto:sonnenschein@brs-saarland.de)  
[www.brs-saarland.de](http://www.brs-saarland.de)



**Sächsischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.**  
Goyastraße 2d  
04105 Leipzig  
Tel.: 0341-2310660  
Fax: 0341-23106610  
[sbv@behindertensport-sachsen.de](mailto:sbv@behindertensport-sachsen.de)  
[www.behindertensport-sachsen.de](http://www.behindertensport-sachsen.de)



**Behinderten- und Rehabilitations-sportverband Sachsen-Anhalt e.V.**  
Am Steintor 14  
06112 Halle (Saale)  
Tel.: 0345-5170824  
Fax: 0345-5170825  
[info@bssa.de](mailto:info@bssa.de)  
[www.bssa.de](http://www.bssa.de)



**Rehabilitations- und Behinderten-sportverband Schleswig-Holstein e.V.**  
Friedrich-Ebert-Straße 9  
24837 Schleswig  
Tel.: 04621-27689  
Fax: 04621-27667  
[info@rbsv-sh.de](mailto:info@rbsv-sh.de)  
[www.rbsv-sh.de](http://www.rbsv-sh.de)



**Thüringer Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e.V.**  
August-Röbling-Straße 11  
99091 Erfurt  
Tel.: 0361-34 53 800  
Fax: 0361-34 53 802  
[tbrsv@t-online.de](mailto:tbrsv@t-online.de)  
[www.tbrsv.de](http://www.tbrsv.de)



**Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.**  
Fritz-Walter-Weg 19  
70372 Stuttgart  
Tel.: 0711-28077620  
Fax: 0711-28077621  
[t.placht@wbrs-online.net](mailto:t.placht@wbrs-online.net)  
[www.wbrs-online.net](http://www.wbrs-online.net)



**Deutscher Rollstuhl- Sportverband e.V.**  
Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Tel.: 0203-7174182  
Fax: 0203-7174180  
[lehre@rollstuhlsport.de](mailto:lehre@rollstuhlsport.de)  
[www.rollstuhlsport.de](http://www.rollstuhlsport.de)



**DBS-Akademie gGmbH**  
Vormannstr. 9  
48565 Steinfurt  
Tel.: 02552-6392847  
Fax: 02552-9944857  
[info@dbs-akademie.de](mailto:info@dbs-akademie.de)  
[www.dbs-akademie.de](http://www.dbs-akademie.de)

# Abkürzungen

Bei den nachfolgenden Ausschreibungen zu den Ausbildungs- und Fortbildungslehrgängen werden die Kürzel der Landes- und Fachverbände des DBS in der Lehrgangsnummer vorangestellt. Diese Abkürzungen sind nachstehend aufgelistet.

<b>BAD</b>	Badischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.
<b>BAY</b>	Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Bayern e.V.
<b>B</b>	Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e.V.
<b>BR</b>	Behinderten- und Rehabilitationssportverband Brandenburg e.V.
<b>BRE</b>	Behinderten Sportverband Bremen e.V.
<b>HH</b>	Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.
<b>H</b>	Hessischer Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e.V.
<b>MV</b>	Verband für Behinderten- und Rehabilitationssport Mecklenburg-Vorpommern e.V.
<b>NDS</b>	Behinderten Sportverband Niedersachsen e.V.
<b>NW</b>	Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V.
<b>RP</b>	Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz e.V.
<b>SL</b>	Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Saarland e.V.
<b>S</b>	Sächsischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.
<b>SAN</b>	Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V.
<b>SH</b>	Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband Schleswig-Holstein e.V.
<b>T</b>	Thüringer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.
<b>W</b>	Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.
<b>DBS</b>	Deutscher Behindertensportverband e.V.
<b>DBS-A</b>	DBS-Akademie gGmbH
<b>DRS</b>	Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

## Block 10 – Grundlagen

**Zielgruppe:** Der Block 10 bildet die Grundlage für alle Lizenzen. Erst nach erfolgreicher Teilnahme oder Anerkennung kann an den Profilblöcken der jeweiligen Lizenzen teilgenommen werden.

**Umfang:** Der Block 10 umfasst 90 LE.

**Kursinhalte:** Grundlagen über Behinderungen und zum Sport von Menschen mit Behinderung. Es werden folgende spezifische Inhalte vermittelt:

- Didaktik/Methodik
- Biologie und Medizin
- Trainings- und Bewegungslehre
- Sportorganisation und -verwaltung
- Behinderungsarten
- Psychologie und Soziologie
- Sportpraktische Beispiele (z. B. Spiele, Leichtathletik, Schwimmen etc.)
- Ernährung
- Hospitationen
- Lehrübungen
- Lernerfolgskontrolle

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAD-220101	08.-13.02.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	21.12.21	BBS-Mitglieder 180,- / Koop. 540,- / Sonstige 1020,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung Block 10 Teil 1 Teil 2 = P16
BAD-220102	16.-20.03.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	26.01.22		
BAD-2210103	17.-22.05.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	29.03.22		
BAD-2210104	20.-25.09.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	02.08.22		
BAD-2310101	17.-22.01.23	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	29.11.22		
BAY-G-A-2201 Teil 1	Online: 14.01.-16.01.22	Augsburg & Online	14.11.21	Mitglieder BVS und DBS 450,- / Nichtmitglieder 925,-	teilweise Online
Teil 2	Präsenz: 26.02.-04.03.22				
BAY-G-A-2202 Teil 1	Präsenz: 05.02.-06.02.22	Augsburg & Online	05.12.21		
Teil 2	Online: 19.03.-20.03.22				
Teil 3	Präsenz: 09.04.-10.04.22				
Teil 4 Teil 5	14.05.-15.05.22 11.06.-12.06.22				
BAY-G-A-2203 Teil 1 Teil 2	03.09.-06.09.22 01.11.-06.11.22	Augsburg	03.07.22		



# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
 B-22-1001	15.-16.01.22 21.-23.01.22 11.-13.02.22 18.-20.02.22 25.02.22 12.-13.03.22	Berlin & Online	03.01.22	DBS 435,- / DOSB 475,- / Sonstige 545,-	Online abends: 21.01./11.02./ 18.02./25.02. Online vormittags: 22.- 23.01./12.-13.02. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-22-1002	27.01.-06.02.22	Berlin & Online	03.01.22		Online abends: 27.-28.01. Online vormittags: 29.- 30.01. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-22-1003	07.-08.05.22 13.-15.05.22 20.-22.05.22 10.-12.06.22 17.06.22 25.-26.06.22	Berlin & Online	01.04.22		Online abends: 13.05./ 20.05./10.06./17.06. Online vormittags: 14.- 15.05./21.-22.05. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-22-1004	08.-13.08.22 15.-19.08.22	Berlin & Online	01.07.22		Online vormittags: 08.-10.08./13.08. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-22-1005	27.-28.08.22 02.-04.09.22 09.-11.09.22 16.-18.09.22 23.09.22 08.-09.10.22	Berlin & Online	01.07.22		Online abends: 02.09./09.09./ 16.09./23.09. Online vormittags: 03.- 04.09./10.-11.19. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-22-1006	19.-20.11.22 25.-27.11.22 02.-04.12.22 06.-08.01.23 13.01.23 21.-22.01.23	Berlin & Online	21.10.22		Online abends: 25.11./ 02.12./06.01.23/ 13.01.23 Online vormittags: 26.- 27.11./03.-04.12. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR- BL10-1-22	11.-13.03.22 18.-20.03.22 26.-27.03.22 02.-03.04.22	Frankfurt/Oder	11.02.22	BSB 425,- / DBS 470,- / Sonstige 530,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Beginn freitags ab 16:00 Uhr
BR- BL10-2-22	07.-09.10.22 14.-16.10.22 12.-13.11.22 19.-20.11.22	Potsdam	07.09.22		
BRE- 2022-A10-001	17.-21.01.22 07.-10.02.22	Bremen	20.12.21	BSB und DBS 780,- / Sonstige 860,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
BRE- 2022-A10-002	29.08.-02.09.22 19.-22.09.22	Bremen	01.08.22		
DRS- 22001	28.04.-01.05.22 19.05.-22.05.22 30.06.-03.07.22	Duisburg	17.03.22	DRS-Mitglieder 450,- / DBS-Mitglieder 750,- / Sonstige 1050,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung

# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
HH- 221001	08.-09.01.22 15.-16.01.22 22.-23.01.22 29.-33.01.22 05.02.22	Hamburg	15.12.21	BRSB 320.- / andere Verbände 570.-	ohne Übernachtung
H- 10122	24.-29.01.22 07.-09.02.22	Frankfurt am Main	09.01.22	HBRS 300,- / DBS 550,- / Sonstige 700,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung
H- 10222	06.-08.05.22 20.-22.05.22 30.05.-01.06.22	Wetzlar	10.04.22		
H- 10322	05.-10.09.22 23.-25.09.22	Fulda	21.08.22		
NDS- 22.1A	07.-09.01.22	Hannover	01.12.21	BSN 95.- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 180.- / Privat 330.-	Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.2A	07.-09.01.22	Hannover	01.12.21		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.3A	21.-23.01.22	Hannover	01.01.22		Teil 1 Leitung: Tanja Meier
NDS- 22.4A	25.-27.02.22	Hannover	01.01.22		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.5A	13.-15.05.22	Hannover	01.04.22		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.6A	29.-31.07.22	Hannover	11.06.22		Teil 1 Leitung: Tanja Meier
NDS- 22.7A	05.-07.08.22	Hannover	24.06.22		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.8A	19.-21.08.22	Hannover	08.07.22		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.9A	19.-21.08.22	Hannover	08.07.22		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.1B	14.-16.01.22	Hannover	01.01.22		BSN 95.- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 180.- / Privat 330.-
NDS- 22.2B	11.-13.03.22	Hannover	28.01.22	Teil 2 Leitung: Tanja Meier	
NDS- 22.3B	20.-22.05.22	Hannover	08.04.22	Teil 2 Leitung: Maren Klostermann	
NDS- 22.4B	12.-14.08.22	Hannover	01.07.22	Teil 2 Leitung: Beate Pelz	
NDS- 22.5B	26.-28.08.22	Hannover	15.07.22	Teil 2 Leitung: Tanja Meier	
NDS- 22.6B	14.-16.10.22	Hannover	02.09.22	Teil 2 Leitung: Maren Klostermann	
NDS- 22.1C	24.-28.01.22	Hannover	01.01.22	BSN 180.- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 400.- / Privat 660.-	Teil 3 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.2C	28.03.-01.04.22	Hannover	11.02.22		Teil 3 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.3C	23.-27.05.22	Hannover	08.04.22		Teil 3 Leitung: Beate Pelz
NDS- 22.4C	22.-26.08.22	Hannover	08.07.22		Teil 3 Leitung: Maren Klostermann
NDS- 22.5C	03.-07.10.22	Hannover	19.08.22		Teil 3 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.6C	24.-28.10.22	Hannover	09.09.22		Teil 3 Leitung: Beate Pelz

# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
 NW-221001	Online: 10.-13.01.22 Präsenz: 31.01.-04.02.22	Hennef & Online	10.12.21	400,- BRSNW-Vereine Tarif A 550,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 800,- Externe	+ 16 LE Blended- Learning mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
 NW-221002	Online: 21.-24.02.22 Präsenz: 14.-18.03.22	Hachen & Online	21.01.22		
 NW-221003	12.-13.02.22 05.-06.03.22 19.-20.03.22 09.-10.04.22	Bottrop & Online	12.01.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 700,- Externe	+ 16 LE Blended- Learning mit Mittagessen
NW-221004	19.-24.04.22 13.-15.05.22	Essen	19.03.22		ohne Übernachtung mit Mittagessen
NW-221005	19.-22.04.22 02.-06.05.22	Hennef	19.03.22		ohne Übernachtung mit Mittagessen
 NW-221006	14.-15.05.22 11.-12.06.22 01.-03.07.22	Bergisch Gladbach	14.04.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 900,- Externe	+ 16 LE Blended- Learning mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
 NW-221007	Online: 04.-06.07.22 Präsenz: 25.-29.07.22	Hachen & Online	04.06.22	400,- BRSNW-Vereine Tarif A 550,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 800,- Externe	+ 16 LE Blended- Learning , mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-221008	01.-05.08.22 29.08.-01.09.22	Hamm	01.07.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-221009	23.-25.09.22 21.-23.10.22 18.-20.11.22 09.-11.12.22	Bielefeld	23.08.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 700,- Externe	ohne Übernachtung mit Mittagessen
 NW-221010	Online: 07.-09.11.22 Präsenz: 28.11.-02.12.22	Übach-Palenberg & Online	07.10.22	400,- BRSNW-Vereine Tarif A 550,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 800,- Externe	+ 16 LE Blended- Learning mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-221001	09.-14.01.22 11.-13.02.22	Wertach/Bayern Edenkoben/Pfalz	10.12.21	(A) 470,- / (B) 770,- / (C) 1.050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-221002	27.04.-01.05.22 20.-22.05.22	Edenkoben/Pfalz	25.03.22		
RP-221003	20.-24.07.22 12.-14.08.22	Bitburg/Eifel	24.06.22		
RP-221004	05.-09.10.22 04.-06.11.22	Edenkoben/Pfalz Bitburg/Eifel	02.09.22		

# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
SL-2201/1	N. N.	Völklingen & Online	N. N.	BRS Saarland 360,- / Sonstige 480,-	ohne Übernachtung
SL-2201/2	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
SL-2201/3	01.-07.07.22	Völklingen	10.06.22		ohne Übernachtung
SL-2201/4	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
SL-2201/5	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
SL-2201/6	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
SAN-22-G03	28.02.-04.03.22 09.-11.03.22	Halle (Saale)	03.01.22	BSSA-Mitglieder 395,- / DBS-Mitglieder 675,- / Sonstige 1000,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
SAN-22-G05	Online: 17.-20.05.22 Präsenz: 31.05.-03.06.22	Halle (Saale) & Online	22.03.22		ohne Übernachtung und Verpflegung
SAN-22-G06	Präsenz: 10.-14.10.22 Online: 07.11.22 Präsenz: 08.-09.11.22	Magdeburg & Online	15.08.22		ohne Übernachtung und Verpflegung
SH-10a	08.-09.01.22 22.-23.01.22 05.-06.02.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 375,- / Sonstige 750,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
SH-10b	14.-15.05.22 28.-29.05.22 18.-19.06.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		
SH-10c	20.-21.08.22 03.-04.09.22 24.-25.09.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		

E-Learning

E-Learning

E-Learning

# Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>W-</b> B10-1-1-2-P	Online: 04.-07.01.22  Präsenz: 19.-23.01.22 05.02.22	Sportpark Ost Ludwigsburg & Online	15.12.21	WBRS Mitglieder 540,- / Nichtmitglieder 970,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>W-</b> B10-2-1-2-P	Online: 02.-05.04.22  Präsenz: 19.-23.04.22 07.05.22	Landessportschule Ruit & Online	02.03.22		
<b>W-</b> B10-3-1-2-P	Online: 02.-05.08.22  Präsenz: 21.-25.09.22 15.10.22	Sportpark Ost Ludwigsburg & Online	02.07.22		
<b>W-</b> B10-4-1-2-P	Online: 06.-09.10.22  Präsenz: 19.-23.10.22 19.11.22	Landessportschule Ruit & Online	06.09.22		

E-Learning

E-Learning

E-Learning

E-Learning

# DAS ZIEL IMMER VOR AUGEN



Auch wenn die **sehbehinderte Pia Knaute** vor dem Match die

**Dunkelbrille** anzieht, verliert sie **ihr Ziel nie aus den Augen.**

Die **Goalball-Spielerin** hat sich mit ihrem **Team bei jeder EM**

gesteigert - **bis hin zur Bronzemedaille** - und setzt ihren

erfolgreichen Weg fort. **Wann startest du?**

**Starte deinen eigenen Weg unter:**

**[www.parasport.de](http://www.parasport.de)**

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern, für Bau  
und Heimat



Deutscher Behindertensportverband e.V.  
National Paralympic Committee Germany

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**#STARTEDEINENWEG**

Foto: Binh Truong / DBS

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

## Block P8 – Verkürzte Grundlagen

- Zielgruppe:** Sonderlehrgang für vorqualifizierte Teilnehmer\*innen (Pflichtteil)  
**Umfang:** Der Block P8 umfasst 8 LE.  
**Kursinhalte:** Folgende Themen werden schwerpunktmäßig vermittelt:
- Sportorganisation und -verwaltung
  - Psychologie und Soziologie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
BAY-S-A-2201	12.03.22	Online	12.01.22	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Nichtmitglieder 300,-	
BAY-S-A-2202	22.10.22	Online	22.08.22		
B-22-P801	10.-11.02.22	Online	14.01.22	DBS 45,- / DOSB 75,- / Sonstige 120,-	Jeweils beide Termine abends online. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
B-22-P802	12.-13.05.22	Online	08.04.22		
B-22-P803	15.-16.09.22	Online	23.08.22		
B-22-P804	01.-02.12.22	Online	21.10.22		
BR-P8-1-22	12.03.22	Frankfurt/Oder	11.02.22	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-	mit Verpflegung
BR-P8-2-22	27.08.22	Frankfurt/Oder	27.07.22		
BR-P8-3-22	08.10.22	Potsdam	07.09.22		
NW-222001	11.01.22	Online	11.12.21	55,- BRSNW-Vereine Tarif A 75,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 110,- Externe	mit 4 LE Blended-Learning
NW-222002	26.03.22	Hamm	26.02.22		mit Mittagessen
NW-222003	24.05.22	Online	24.04.22		mit 4 LE Blended-Learning
NW-222004	15.07.22	Duisburg	15.06.22		mit 4 LE Blended-Learning
NW-222005	17.09.22	Bergisch Gladbach	17.08.22		mit Mittagessen
NW-222006	21.11.22	Duisburg	21.10.22		mit 4 LE Blended-Learning
RP-22P801	12.02.22	Online	21.01.22	(A) 55,- / (B) 75,- / (C) 110,-	
RP-22P802	21.05.22	Edenkoben/Pfalz	22.04.22		mit Mittagessen
RP-22P803	13.08.22	Bitburg/Eifel	15.07.22		
RP-22P804	05.11.22	Online	14.10.22		
SL-22_P8_1	20.02.22	Online	28.01.22	BRS Saarland 80,- / Sonstige 120,-	ohne Übernachtung
SL-22_P8_2	08.09.22	Online	18.08.22		

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
S-P8-01	15.01.22	Leipzig	17.12.21	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Sonstige 150,-	
S-P8-04	09.04.22	Leipzig	11.03.22		
S-P8-09	03.09.22	Leipzig	05.08.22		
S-P8-11	12.11.22	Leipzig	14.10.22		
 SAN-22-G01	21.02.22	Online	27.12.21	BSSA-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 60,- / Sonstige 90,-	
 SAN-22-G04	09.05.22	Online	14.03.22		
 SAN-22-G07	17.10.22	Online	22.08.22		
T-22-G02	26.02.22	Elxleben	15.01.22	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-	
T-22-G03	07.05.22	Erfurt	26.03.22		
T-22-G05	03.09.22	Elxleben	23.07.22		
T-22-G06	05.11.22	Erfurt	24.09.22		
W-P8-1	18.03.22	Landessportschule Ruit	18.02.22	WBRS-Mitglieder 70,- / Nichtmitglieder 150,-	mit Verpflegung
W-P8-2	07.10.22	Landessportschule Ruit	14.09.22		

## Block P16 – Verkürzte Grundlagen

**Zielgruppe:**

Sonderlehrgang für vorqualifizierte Teilnehmer\*innen (Pflichtteil)

**Umfang:**

Der Block P16 umfasst 16 LE.

**Kursinhalte:**

Folgende Themen werden schwerpunktmäßig vermittelt:

- Sportorganisation und -verwaltung
- Psychologie und Soziologie
- Übersicht über Behinderungsarten in Theorie und Praxis

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAD-2210201	28.-30.01.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	10.12.21	BBS-Mitglieder 60,- / WBRS-Mitglieder 270,- / Sonstige 720,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAD-2210202	04.-06.03.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	14.01.22		
BAD-2210203	06.-08.05.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	18.03.22		
BAD-2210204	08.-10.07.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	20.05.22		
BAD-2210205	07.-09.10.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	19.08.22		
BAD-2310201	03.-05.02.23	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	16.12.22		

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>BAY-G-A-2204</b>	30.04.-01.05.22	Online	28.02.22	Mitglieder BVS und DBS 110,- / Nichtmitglieder 165,-	
<b>BAY-G-A-2205</b>	29.10.-30.10.22	Online	29.08.22		
<b>B-22-P1601</b>	10.-12.02.22	Berlin & Online	14.01.22	DBS 90,- / DOSB 125,- / Sonstige 170,-	Online abends: 10.-11.02. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-22-P1602</b>	12.-14.05.22	Berlin & Online	08.04.22		Online abends: 12.-13.05. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-22-P1603</b>	15.-17.09.22	Berlin & Online	23.08.22		Online abends: 15.-16.09. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-22-P1604</b>	01.-03.12.22	Berlin & Online	21.10.22		Online abends: 01.-02.12. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>BR-P16-1-22</b>	12.-13.03.22	Frankfurt/Oder	11.02.22	BSB 105,- / DBS 120,- / Sonstige 135,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
<b>BR-P16-2-22</b>	27.-28.08.22	Frankfurt/Oder	27.07.22		
<b>BR-P16-3-22</b>	08.-09.10.22	Potsdam	07.09.22		
<b>BRE-2022-P16-001</b>	07.-08.01.22	Bremen	10.12.21	BSB und DBS 280,- / Sonstige 320,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
<b>BRE-2022-P16-002</b>	09.-10.09.22	Bremen	12.08.22		
<b>H-P16122</b>	20.-21.01.22	Fulda	02.01.22	HBR 120,- / DBS 170,- / Sonstige 240,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung
<b>H-P16222</b>	04.04.22 05.04.22 06.04.22 07.04.22	Online	20.03.22		Lehrgang findet online an 4 Terminen jeweils von 17.30 bis 20.30 Uhr statt
<b>H-P16322</b>	19.-20.09.22	Fulda	04.09.22		ohne Übernachtung mit Verpflegung
<b>NW-222021</b>	06.-07.01.22	Online	06.12.21	90,- BRSNW-Vereine Tarif A 120,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 180,- Externe	mit 4 LE Blended-Learning
<b>NW-222022</b>	29.-30.03.22	Bergisch Gladbach	29.02.22	120,- BRSNW-Vereine Tarif A 160,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 240,- Externe	mit 4 LE Blended-Learning mit Übernachtung und Mittagessen
<b>NW-222023</b>	07.-08.05.22	Hamm	07.04.22		
<b>NW-222024</b>	28.-29.07.22	Duisburg	28.06.22	90,- BRSNW-Vereine Tarif A 120,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 180,- Externe	mit 4 LE Blended-Learning ohne Übernachtung mit Mittagessen
<b>NW-222025</b>	10.-11.09.22	Essen	10.08.22		ohne Übernachtung mit Mittagessen
<b>NW-222026</b>	02.-03.11.22	Online	02.10.22		mit 4 LE Blended-Learning

E-Learning

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>RP-22P1601</b>	12.-13.02.22	Online	21.01.22	(A) 140,- / (B) 190,- / (C) 270,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>RP-22P1602</b>	21.-22.05.22	Edenkoben/Pfalz	22.04.22		
<b>RP-22P1603</b>	13.-14.08.22	Bitburg/Eifel	15.07.22		
<b>RP-22P1604</b>	05.-06.11.22	Online	14.10.22		
<b>SL-22_P16_1</b>	20.-21.02.22	Online	28.01.22	BRS Saarland 150,- / Sonstige 240,-	ohne Übernachtung
<b>SL-22_P16_2</b>	08.-09.09.22	Online	18.08.22		
<b>S-P16-01</b>	14.-15.01.22	Leipzig	17.12.21	SBV-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 180,- / Sonstige 300,-	
<b>S-P16-09</b>	02.-03.09.22	Leipzig	05.08.22		
<b>SAN-22-G02</b>	Online: 21.02.22 Präsenz: 08.03.22	Halle (Saale) & Online	27.12.21	BSSA-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 120,- / Sonstige 180,-	Kombination aus Online-Seminar und Präsenzphase; ohne Verpflegung
<b>SAN-22-G08</b>	Online: 17.10.22 Präsenz: 07.11.22	Halle (Saale) & Online	22.08.22		
<b>SH-P16a</b>	19.-20.02.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 200,- / Sonstige 400,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>SH-P16b</b>	18.-19.06.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		
<b>SH-P16c</b>	27.-28.08.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		
<b>T-22-G01</b>	25.-26.02.22	Elxleben	14.01.22	TBRSV 100,- / DBS 200,- / Nichtmitglieder 300,-	
<b>T-22-G04</b>	02.-03.09.22	Elxleben	22.07.22		
<b>W-P16-1</b>	07.-08.01.22	Landessportschule Ruit	15.12.22	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>W-P16-2</b>	02.-03.04.22	Landessportschule Ruit	08.03.22		
<b>W-P16-3</b>	09.-10.09.22	Landessportschule Ruit	09.08.22		
<b>W-P16-4</b>	21.-22.10.22	Sportpark Ost Ludwigsburg	21.09.22		

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

## Block 30 – Orthopädie

**Zielgruppe:** Der Block 30 richtet sich an Personen, die Rehabilitationssport bei Behinderungs- und Krankheitsformen im Bereich der Orthopädie anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 30 umfasst 90 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen (Amputationen, Gelenkschäden, Gelenkersatz, Morbus Bechterew, Osteoporose, Wirbelsäulenerkrankungen, Krebserkrankungen) vermittelt:

- Didaktik/Methodik
- Medizin
- Sportpraktische Beispiele
- Trainings- und Bewegungslehre
- Psychologie und Soziologie
- Sportorganisation und -verwaltung
- Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen
- Lernerfolgskontrolle
- Hausarbeit/Heimstudium

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAD-223001	23.-27.03.22 27.04.-01.05.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	02.02.22	BBS-Mitglieder 300,- / WBRS-Mitglieder 900,- / Sonstige 1800,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung  Prüfung im letzten Teil der Ausbildung
BAD-223002	13.-17.07.22 14.-18.09.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	25.05.22		
BAD-223003	07.-11.12.22 25.-29.01.23	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	19.10.22		
BAY- B-A-2201 Teil 1 Teil 2	17.01.-20.01.22 07.02.-10.02.22	Saulgrub	17.11.21	Mitglieder BVS und DBS 1100,- / Nichtmitglieder 1350,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
BAY- B-A-2202 Teil 1  Teil 2  Teil 3 Teil 4	Präsenz: 26.03.-27.03.22  Online: 23.04.-24.04.22  Präsenz: 21.05.-22.05.22 25.06.-26.06.22	Augsburg & Online	26.01.22	Mitglieder BVS und DBS 550,- / Nichtmitglieder 825,-	teilweise Online
BAY- B-A-2203 Teil 1 Teil 2	23.07.-28.07.22 10.09.-11.09.22	Saulgrub	23.05.22	Mitglieder BVS und DBS 1100,- / Nichtmitglieder 1350,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
BAY- B-A-2204 Teil 1 Teil 2	26.09.-29.09.22 18.10.-21.10.22	Saulgrub	26.07.22		
BAY- B-A-2205 Teil 1  Teil 2	Online: 08.10.-09.10.22  Präsenz: 21.11.-26.11.22	Amberg & Online	08.08.22	Mitglieder BVS und DBS 550,- / Nichtmitglieder 825,-	teilweise Online



# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten	
 B-22-3001	26.-27.02.22 11.-13.03.22 18.-21.03.22 02.-03.04.22	Berlin & Online	28.01.22	DBS 390,- / DOSB 430,- / Sonstige 500,-	Online abends: 11.03./18.03./21.03. Online vormittags: 12.- 13.03. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3002	08.-14.04.22 19.-20.04.22	Berlin & Online	04.03.22		Online abends: 08.04. Online vormittags: 09.-10.04. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3003	21.-22.05.22 10.-12.06.22 17.-20.06.22 02.-03.06.22	Berlin & Online	08.04.22	DBS 390,- / DOSB 430,- / Sonstige 500,-	Online abends: 10.06./17.06./20.06. Online vormittags: 11.- 12.06. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3004	01.-02.08.22 04.08.22 08.-09.08.22 11.08.22 15.-19.08.22	Berlin & Online	01.07.22		Online abends: 01.-02.08./04.08./08.- 09.08./11.08. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3005	27.-28.08.22 09.-11.09.22 23.-26.09.22 15.-16.10.22	Berlin & Online	01.07.22		Online abends: 09.09./23.09. Online vormittags: 10.- 11.19. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3006	21.-27.10.22 31.10.-01.11.22	Berlin & Online	16.09.22		Online abends: 21.10. Online vormittags: 22.- 23.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
 B-22-3007	12.-13.11.22 18.-20.11.22 25.-28.11.22 14.-15.01.23	Berlin & Online	21.10.22		Online abends: 18.11./25.11./28.11. Online vormittags: 19.- 20.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung	
BR- BL30-1-22	11.-13.02.22 18.-20.02.22 25.-27.02.22	Potsdam	11.01.22		BSB 385,- / DBS 410,- / Sonstige 480,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Beginn freitags ab 16.00 Uhr
BR- BL30-2-22	19.-21.08.22 26.-28.08.22 02.-04.09.22	Frankfurt/Oder	19.07.22			
BRE- 2022-A30-001	21.-25.02.22 07.-10.03.22	Bremen	24.01.22	BSB und DBS 710,- / Sonstige 850,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)	
BRE- 2022-A30-002	10.-14.10.22 02.-05.11.22	Bremen	12.09.22			
HH- 223001	18.-20.02.22 26.-27.02.22 26.-27.03.22	Hamburg	18.01.22	BRSB 275,- / andere Verbände 500,-	ohne Übernachtung	

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-30122	10.-16.01.22	Frankfurt am Main	26.12.21	HBRS 300,- / DBS 550,- / Sonstige 700,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
H-30222	19.-20.02.22 04.-06.03.22 11.-13.03.22	Fulda	30.01.22		
H-30322	11.-12.06.22 24.-26.06.22 01.-03.07.22	Frankfurt am Main	22.05.22		
H-30422	16.-22.07.22	Meinhard- Grebendorf	26.06.22		
H-30522	01.-07.10.22	Meinhard- Grebendorf	11.09.22		
H-30622	05.-06.11.22 18.-20.11.22 25.-27.11.22	Fulda	16.10.22		
NDS-22.30.1	04.-06.02.22 07.-11.02.22	Hannover	01.01.22	BSN 275.- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 560.- / Privat 990.-	Leitung: Katja Andressen / Beate Pelz
NDS-22.30.2	11.-13.02.22 21.-25.02.22	Hannover	23.01.22		Leitung: Katja Andressen / Tanja Meyer
NDS-22.30.3	01.-03.04.22 11.-14.04.22	Hannover	05.02.22		Leitung: Maren Klostermann / Tanja Meyer
NDS-22.30.4	25.-26.06.22 04.-08.07.22	Hannover	13.05.22		Leitung: Katja Andressen / Maren Klostermann
NDS-22.30.5	22.-24.07.22 08.-12.08.22	Hannover	10.06.22		Leitung: Beate Pelz / Tanja Meyer
NDS-22.30.6	21.-23.10.22 31.10.-04.11.22	Hannover	09.09.22		Leitung: Katja Andressen / Tanja Meier
NDS-22.30.7	18.-20.11.22 28.11.-02.12.22	Hannover	07.10.22		Leitung: Maren Klostermann / Tanja Meier
NDS-22.30.8	25.-27.11.22 05.-09.12.22	Hannover	14.10.22		Leitung: Katja Andressen / Maren Klostermann
NW-223001	12.-13.03.22 26.-27.03.22 09.-10.04.22 23.-24.04.22	Bottrop	12.02.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 700,- Externe	Mit 8 LE Blended- Learning ohne Übernachtung mit Mittagessen
NW-223002	Online: 07.-10.02.22 Präsenz: 01.-05.03.22	Hachen & Online	07.01.22	400,- BRSNW-Vereine Tarif A 550,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 800,- Externe	Mit 8 LE Blended- Learning mit Übernachtung und Mittagessen
NW-223003	14.-18.03.22 04.-07.04.22	Paderborn	14.03.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 700,- Externe	ohne Übernachtung mit Mittagessen
NW-223004	02.-06.05.22 30.05.-02.06.22	Bergisch Gladbach	02.04.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

E-Learning

E-Learning

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>NW-223005</b>	Online: 07.-10.06.22  Präsenz: 20.-24.06.22	Hachen & Online	07.05.22	400,- BRSNW-Vereine Tarif A 550,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 800,- Externe	Mit 8 LE Blended- Learning mit Übernachtung und Mittagessen
<b>NW-223006</b>	18.-22.07.22 08.-11.08.22	Hamm	18.06.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-223007</b>	22.-26.08.22 12.-15.09.22	Hennef	22.07.22		
<b>NW-223008</b>	10.-11.09.22 24.-25.09.22 15.-16.10.22 29.-30.10.22 05.-06.11.22	Bad Oeynhausen	10.08.22		
<b>NW-223009</b>	07.-09.10.22 22.-23.10.22 12.-13.10.22 26.-27.11.22	Bottrop	07.09.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 700,- Externe	Mit 8 LE Blended- Learning ohne Übernachtung mit Mittagessen
<b>NW-223010</b>	05.-09.12.22 19.-22.12.22	Hamm	05.11.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>RP-223001</b>	02.-06.03.22 01.-03.04.22	Edenkoben/Pfalz	04.02.22	(A) 520,- / (B) 790,- / (C) 1.050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>RP-223002</b>	04.-08.04.22 06.-08.05.22	Edenkoben/Pfalz Bitburg/Eifel	04.03.22		
<b>RP-223003</b>	08.-12.06.22 08.-10.07.22	Bitburg/Eifel	06.05.22		
<b>RP-223004</b>	24.-28.08.22 23.-25.09.22	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	22.07.22		
<b>RP-223005</b>	09.-13.11.22 09.-11.12.22	Edenkoben/Pfalz	07.10.22		
<b>SL-2202/1</b>	N. N.	Völklingen & Online	N. N.	BRS Saarland 500,- / Sonstige 625,-	ohne Übernachtung
<b>SL-2202/2</b>	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
<b>SL-2202/3</b>	13.-19.07.22	Völklingen	24.06.22		ohne Übernachtung
<b>SL-2202/4</b>	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
<b>SL-2202/5</b>	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung
<b>SL-2202/6</b>	N. N.	Völklingen & Online	N. N.		ohne Übernachtung

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
S- 30.1-03 30.2-03 30.3-03 30.4-03	Präsenz: 18.-19.03.22  Online: 01.-02.04.22	Leipzig & Online	18.02.22	SBV-Mitglieder 400,- / DBS- Mitglieder 720,- / Sonstige 1200,-	ohne Übernachtung
S- 30.1-05 30.2-05 30.3-05 30.4-05	Präsenz: 27.-28.05.22  Online: 10.-11.06.22  Präsenz: 24.-25.06.22 09.07.22	Leipzig & Online	29.04.22		
S- 30.1-11 30.2-11 30.3-11 30.4-11	Präsenz: 04.-05.11.22  Online: 11.-12.11.22  Präsenz: 25.-26.11.22 10.12.22	Leipzig & Online	07.10.22		
SAN- 22-ÜB02	Online: 21.03.22  Präsenz: 22.-25.03.22 31.03.-01.04.22	Halle (Saale) & Online	24.01.22	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
SAN- 22-ÜB06	Online: 13.06.22  Präsenz: 14.-17.06.22 30.06.-01.07.22	Halle (Saale) & Online	18.04.22		
SAN- 22-ÜB12	Online: 14.11.22  Präsenz: 15.-18.11.22 24.-25.11.22	Halle (Saale) & Online	19.09.22		
SH- 30a	25.-27.02.22 11.-13.03.22 25.-27.03.22 08.-10.04.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 425,- / Sonstige 850,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
SH- 30b	08.-10.07.22 22.-24.07.22 05.-07.08.22 19.-21.08.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		
SH- 30c	30.09.-02.10.22 21.-23.10.22 04.-06.11.22 25.-27.11.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn		



# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)
T- 22-ÜB01	27.02.22 04.-06.03.22 10.-13.03.22 26.03.22	Elxleben	16.01.22	TBRSV 450,- / DBS 900,- / Nichtmitglieder 1350,-
T- 22-ÜB04	04.09.22 09.-11.09.22 15.-18.09.22 01.10.22	Elxleben	24.07.22	
 W- B30-1	Online: 15.-17.01.22 Präsenz: 26.-28.01.22 12.02.22	Landessportschule Albstadt & Online	15.12.21	WBRS-Mitglieder 500,- / Nichtmitglieder 800,-
 W- B30-2	Online: 12.-14.02.22 Präsenz: 23.-25.02.22 12.03.22	Landessportschule Ruit & Online	26.01.22	WBRS-Mitglieder 500,- / Nichtmitglieder 800,-
 W- B30-3	Online: 12.-14.03.22 Präsenz: 23.-25.03.22 09.04.22	Landessportschule Albstadt & Online	12.02.22	
W- B30-4	13.-15.05.22 01.-03.06.22 18.06.22	Sportpark Ost Ludwigsburg	13.04.22	WBRS-Mitglieder 600,- / Nichtmitglieder 900,-
W- B30-5	22.-24.07.22 14.-16.09.22 08.10.22	Sportpark Ost Ludwigsburg	22.06.22	
 W- B30-6	Online: 15.-17.10.22 Präsenz: 09.-11.11.22 12.11.22	Landessportschule Ruit & Online	15.09.22	WBRS-Mitglieder 500,- / Nichtmitglieder 800,-
W- B30-7	25.-27.11.22 07.-09.12.22 17.12.22	Sportpark Ost Ludwigsburg	25.10.22	WBRS-Mitglieder 600,- / Nichtmitglieder 900,-

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

## Kompaktausbildung Block 10/30

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>MVP-</b> B-01-2022	25.-27.03.22 22.-24.04.22 13.-15.05.22 01.-03.07.22 09.-11.09.22 28.-30.10.22 18.-20.11.22	Sportschule Güstrow	07.02.22	VBRS 500,- / Nichtmitglieder 600,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 223101	17.-20.01.22 07.-11.02.22 21.-25.02.22 28.-31.03.22	Hennef	17.12.21	900,- BRSNW-Vereine Tarif A 1100,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 1700,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 223102	25.-29.04.22 16.-19.05.22 07.-10.06.22 27.06.-01.07.22	Bergisch Gladbach	25.03.22		
<b>NW-</b> 223103	20.-24.06.22 11.-14.07.22 15.-19.08.22 05.-08.09.22	Hamm	20.05.22		
<b>NW-</b> 223104	18.-22.07.22 15.-18.08.22 29.08.-02.09.22 19.-22.09.22	Übach-Palenberg	18.06.22		
<b>NW-</b> 223105	26.-30.09.22 10.-13.10.22 14.-18.11.22 12.-15.12.22	Hachen	26.08.22		

# Ausbildungen – Block 40 Innere Medizin

## Block 40 – Innere Medizin

**Zielgruppe:** Der Block 40 richtet sich an Personen, die Rehabilitationssport bei Behinderungs- und Krankheitsformen im Bereich der Inneren Medizin anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 40 umfasst 120 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen (Asthma/Allergien, Diabetes mellitus, Herz-/Kreislaufkrankungen, Nierenerkrankungen, periphere arterielle Verschlusskrankheiten) vermittelt:

- Didaktik/Methodik
- Medizin
- Sportpraktische Beispiele
- Trainings- und Bewegungslehre
- Psychologie und Soziologie
- Sportorganisation und -verwaltung
- Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen
- Lernerfolgskontrolle
- Hausarbeit/Heimstudium

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
BAD-224001	27.-29.05.22 14.-17.07.22 22.-25.09.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	08.04.22	BBS-Mitglieder 330,- / WBRS-Mitglieder 1080,- / Sonstige 2220,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAD-224002	08.-11.12.22 19.-22.01.23 09.-12.02.23	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	20.10.22		Prüfung im letzten Teil der Ausbildung
B-22-4001	26.-27.02.22 17.-20.03.22 31.03.-03.04.22 23.-24.04.22 14.-15.05.22	Berlin & Online	15.01.22	DBS 480,- / DOSB 520,- / Sonstige 590,-	Online : 17.-18.03./ 31.03.-03.04. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR- BL40-1-22	03.-04.09.22 17.-18.09.22 15.-16.10.22 12.-13.11.22 26.-27.11.22 10.-11.12.22	Wandlitz	03.08.22	BSB/LVBPR 650,- / DBS/DGPR 700,- / Sonstige 750,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Ausbildung in Kooperation mit LVBPR, Anmeldung über BSB
BRE- 2022-A40-001	14.-18.03.22 28.03.-01.04.22 25.-27.04.22	Bremen	14.02.22	BSB und DBS 950,- / Sonstige 1150,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
BRE- 2022-A40-002	21.-25.11.22 05.-09.12.22 19.-21.12.22	Bremen	24.10.22		
HH- 224001	01.-03.04.22 09.-10.04.22 23.-24.04.22 30.04.-01.05.22	Hamburg	01.03.22	BRSB 320,- / andere Verbände 570,-	ohne Übernachtung
H- 40122	14.-19.03.22 08.-10.04.22	Frankfurt am Main	20.02.22	HBRS 350,- / DBS 600,- / Sonstige 750,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
H- 40222	21.-23.10.22 07.-12.11.22	Wetzlar	25.09.22		
NDS- 22.40.1	14.-18.02.22 07.-11.03.22	Hannover	01.12.21	BSN 360,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 800,-/ Privat 1.320,-	Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS- 22.40.2	27.06.-01.07.22 04.-08.07.22	Hannover	13.05.22		
NW- 224001	24.-28.01.22 15.-18.02.22 09.-11.03.22	Übach-Palenberg	24.12.21	650,- BRSNW-Vereine Tarif A 850,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 1200,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW- 224002	11.-15.07.22 08.-11.08.22 17.-19.08.22	Hamm	11.06.22		



# Ausbildungen – Block 40 Innere Medizin

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
NW-224003	Online: 04.-07.10.22  Präsenz: 17.-21.10.22 23.-25.11.22	Hennef & Online	04.09.22	550,- BRSNW-Vereine Tarif A 750,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 1100,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-224001	12.-18.03.22 08.-10.04.22	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	11.02.22	(A) 680,- / (B) 960,- / (C) 1.350,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-224002	15.-21.08.22 16.-18.09.22	Bitburg/Eifel	15.07.22		
SL-2205	04.-06.03.22 18.-20.03.22 22.-24.04.22 07.-08.05.22	Saarbrücken Weiskirchen	06.02.22	BRS Saarland 695,- Sonstige 995,-	Die Ausbildung findet in Kooperation mit dem Saarländischen Turnerbund (STB) und den Herzsportgruppen Saar (HGS) statt. Für Informationen bzgl. Anmeldungen usw. kontaktieren Sie bitte Frau Sonnenschein beim BRS Saarland
S-40.1-03 40.2-03 40.3-03 40.4-03 40.5-03 40.6-03	Präsenz: 11.-12.03.22  Online: 25.-26.03.22  Präsenz: 08.-09.04.22 29.-30.04.22 13.-14.05.22 11.06.22	Leipzig	12.02.22	SBV-Mitglieder 600,- / DBS- Mitglieder 1080,- / Sonstige 1800,-	ohne Übernachtung
SAN-22-ÜB03	04.-08.04.22 02.-06.05.22	Barby Halle (Saale)	07.02.22	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 1000,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
SH-40a	11.-13.03.22 01.-03.04.22 22.-24.04.22 13.-15.05.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 750,- / Sonstige 1500,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
T-22-ÜB03	10.-12.06.22 16.-19.06.22 23.-26.06.22 09.07.22	Elxleben	29.04.22	TBRVS 600,- / DBS 1200,- / Nichtmitglieder 1800,-	
W-B40-1	Online: 14.-17.06.22  Präsenz: 29.06.-03.07.22 16.07.22	Sportpark Ost Ludwigsburg & Online	14.05.22	WBRV-Mitglieder 600,- / Nichtmitglieder 900,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-B40-2	Online: 02.-05.11.22  Präsenz: 16.-20.11.22 03.12.22	Landessportschule Ruit & Online	02.10.22		



# Ausbildungen – Block 60 Neurologie

## Block 60 – Neurologie

**Zielgruppe:** Der Block 60 richtet sich an Personen, die Rehabilitationssport bei Behinderungs- und Krankheitsformen im Bereich der Neurologie anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 60 umfasst 90 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen (cerebrale Bewegungsstörungen, Epilepsie, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson, Poliomyelitis, Querschnittslähmungen, Spina bifida, Schlaganfall und Demenz) vermittelt:

- Didaktik-Methodik
- Medizin
- Sportpraktische Beispiele
- Trainings- und Bewegungslehre
- Psychologie und Soziologie
- Sportorganisation und -verwaltung
- Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen
- Lernerfolgskontrolle
- Hausarbeit/Heimstudium

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
BAD-226001	16.-20.11.22 11.-15.01.23	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	28.09.22	BBS-Mitglieder 300,- / WBRS-Mitglieder 900,- / Sonstige 1800,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung  Prüfung im letzten Teil der Ausbildung
B-22-6001	21.-29.07.22	Berlin & Online	23.06.22	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online abends: 21.-22.07. Online vormittags: 23.07. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BRE-2022-A60-001	02.-06.05.22 30.05.-02.06.22	Bremen	04.04.22	BSB und DBS 780,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
H-60122	10.-16.10.22	Frankfurt am Main	25.09.22	HBR 300,- / DBS 550,- / Sonstige 700,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung
NDS-22.60	08.-10.04.22 09.-13.05.22	Hannover	25.02.22	BSN 275,- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 580,- / Privat 990,-	Leitung: Charlotte Klauß
NW-226001	17.-20.01.22 31.01.-04.02.22	Bergisch Gladbach	17.12.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A / 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-226002	27.06.-01.07.22 25.-28.07.22	Paderborn	27.05.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A / 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 700,- Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
NW-226003	12.-16.09.22 26.-29.09.22	Hamm	12.08.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A / 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-226004	21.-23.10.22 18.-20.11.22 02.-04.12.22	Duisburg	21.09.22	350,- BRSNW-Vereine Tarif A / 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 700,- Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
RP-226001	11.-15.05.22 01.-03.07.22	Bitburg/Eifel	15.04.22	(A) 520,- / (B) 790,- / (C) 1.050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
SL-2206	Online: 31.05. 02./04./07./09./ 11.06.22  Präsenz: 14.-18.06.22	Völklingen & Online	10.05.22	BRS Saarland 500,- / Sonstige 625,-	ohne Übernachtung
SAN-22-ÜB09	19.-23.09.22 29.-30.09.22	Halle (Saale)	25.07.22	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
W-B60	Online: 08.-10.07.22  Präsenz: 20.-22.07.22 10.09.22	Landessportschule Ruit & Online	08.06.22	WBRS-Mitglieder 720,- / Nichtmitglieder 1150,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

# Ausbildungen – Block 70 Geistige Behinderung

## Block 70 – Geistige Behinderung

**Zielgruppe:** Der Block 70 richtet sich an Personen, die Rehabilitationssport bei Behinderungs- und Krankheitsformen im Bereich der geistigen Behinderung anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 70 umfasst 90 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen (Lernbehinderung, Geistige Behinderung, Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom, Teilleistungsstörungen, Verschiedenheiten) vermittelt:

- Didaktik-Methodik
- Medizin
- Sportpraktische Beispiele
- Trainings- und Bewegungslehre
- Psychologie und Soziologie
- Sportorganisation und -verwaltung
- Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen
- Lernerfolgskontrolle
- Hausarbeit/Heimstudium

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
<b>BAD-227001</b>	26.-30.10.22 16.-20.11.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	07.09.22	BBS-Mitglieder 300,- / WBRS-Mitglieder 900,- / Sonstige 1800,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung  Prüfung im letzten Teil der Ausbildung
<b>BAY-B-A-2209</b> Teil 1 Teil 2 Teil 3	23.09.-25.09.22 21.10.-23.10.22 11.11.-13.11.22	Abensberg	23.07.22	Mitglieder BVS und DBS 950,- / Nichtmitglieder 1235,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>B-22-7001</b>	11.-14.04.22 19.-24.04.22	Berlin & Online	11.03.22	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online vormittags: 11.-14.04. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>NDS-22.70</b>	08.-10.04.22 30.05.-03.06.22	Hannover	25.02.22	BSN 275,- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 580,- / Privat 990,-	Leitung: Till Siekmann-Fuß
<b>NW-227001</b>	14.-16.01.22 11.-13.02.22 11.-13.03.22 01.-02.04.22	Bielefeld	15.12.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A / 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 700,- Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
<b>NW-227002</b>	25.-31.07.22 20.-21.08.22	Essen	25.06.22		
<b>RP-227001</b>	12.-16.10.22 18.-20.11.22	Edenkoben/Pfalz	16.09.22	(A) 520,- / (B) 790,- / (C) 1.050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung in Kooperation mit dem HBRS
<b>SAN-22-ÜB08</b>	05.-09.09.22 26.-27.09.22	Magdeburg	11.07.22	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung



# Ausbildungen – Block 80 Psychiatrie

## Block 80 – Psychiatrie

**Zielgruppe:** Der Block 80 richtet sich an Personen, die Rehabilitationssport bei Behinderungs- und Krankheitsformen im Bereich der Psychiatrie anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 80 umfasst 90 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte bezogen auf die Behinderungs- und Krankheitsformen (Neurosen, Depressionen, Persönlichkeitsstörungen, Psychosomatische Störungen, Suchterkrankungen, Schizophrenie, Autistisches Syndrom) vermittelt:

- Didaktik-Methodik
- Medizin
- Sportpraktische Beispiele
- Trainings- und Bewegungslehre
- Psychologie und Soziologie
- Sportorganisation und -verwaltung
- Ernährung
- Lehrproben und Hospitationen
- Lernerfolgskontrolle
- Hausarbeit/Heimstudium

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
B-22-8001	23.-25.09.22 14.-16.10.22 12.-13.11.22 26.-27.11.22	Berlin & Online	26.08.22	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online abends: 23.9./14.10. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
NDS-22.80	21.-22.05.22 13.-17.06.22	Hannover	08.04.22	BSN 275,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 580,-/ Privat 990,-	Leitung: Till Siekmann-Fuß
NW-228001	04.-08.04.22 02.-05.05.22	Hachen	04.03.22	500,- BRSNW-Vereine Tarif A / 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. / 900,- Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-228002	03.-04.09.22 01.-02.10.22 29.-30.10.22 12.-13.11.22	Hachen	03.08.22		
RP-228001	27.-31.07.22 02.-04.09.22	Edenkoben/Pfalz	01.07.22	(A) 520,- / (B) 790,- / (C) 1.050,-	mit Übernachtung und Verpflegung
S-80	12.-17.09.22	Werdau	08.07.22	SBV-Mitglieder 650,- / DBS- Mitglieder 930,- / Sonstige 1350,-	mit Übernachtung und Verpflegung



# Ausbildungen – Breitensport

## Block 100 – Breitensport

**Zielgruppe:** Der Block 100 richtet sich an Personen, die Breitensport für Menschen mit Behinderung anbieten möchten.

**Umfang:** Der Block 100 umfasst 30 LE.

**Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte vermittelt:

- Didaktik/Methodik
- Sportorganisation und -verwaltung
- Konzeption Breitensport im DBS
- Sportpraxis
- Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung
- Spiel- und Sportfeste
- Lernerfolgskontrolle

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-C-A-2201	02.05.-05.05.22	Saulgrub	02.03.22	Mitglieder BVS u. DBS 500,- / Nichtmitglieder 655,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
BAY-C-A-2202 Teil 1 Teil 2	02.07.-03.07.22 23.07.-24.07.22	Augsburg	02.05.22	Mitglieder BVS u. DBS 300,- / Nichtmitglieder 450,-	
BAY-C-A-2203 Teil 1 Teil 2	Online: 25.09.22 Präsenz: 01.10.-03.10.22	Augsburg & Online	25.07.22		teilweise Online
B-22-B10001	21.-23.01.22	Berlin & Online	03.01.22	DBS 100,- / DOSB 130,- / Sonstige 180,-	Online ab 15 Uhr: 21.01.22 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
DRS-22002	27.-30.10.22	Lobbach	01.09.22	DRS-Mitglieder 150,- / DBS-Mitglieder 250,- / Sonstige 350,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
NW-221101	14.-16.10.22	Bottrop	14.09.22	150,- BRSNW-Vereine Tarif A 180,- BRSNW-Vereine Tarif B, andere LV, Koop. 300,- Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen

Inklusion

E-Learning

E-Learning

## Kompaktausbildung Block 10/100

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
MVP-B-04-2022	Online: 07.-31-03.22 Präsenz: 09.-13.04.22 22.-24.04.22	Rostock/CJD Güstrow Sportschule	02.02.22	350,- Verbandsmitglieder 450,- Nichtmitglieder	Online / Präsenz in Verbindung ÜL C – Breitensport – Behindertensport

# Ausbildungen – Leistungssport

## Grundlagenschein Rollstuhlbasketball

**Zielgruppe:** Die Ausbildung zum Erwerb des Grundlagenscheins RBB Basis richtet sich an Personen, die Angebote im Rollstuhlbasketball anbieten möchten.

**Umfang:** Der Lehrgang umfasst 90 LE.

LG-NR.	Sportart	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
DRS-22003	Rollstuhlbasketball	N. N. (3 Module)	Lobbach	N. N.	400,- (inkl. Prüfungsgebühren)	mit Unterkunft und Verpflegung <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a>

## Block 300 – Leistungssport

### Trainer\*in C – Leistungssport – Behindertensport

**Zielgruppe:** Die Ausbildung richtet sich an Personen, die Angebote im Leistungssport Behindertensport anbieten möchten.

**Umfang:** Der Lehrgang umfasst 30 LE (Block 300) bzw. 120 LE (Kombination Block 10/300)

LG-NR.	Sportart	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-W-A-2201	Para Ski Alpin	Teil 1: 29.04.-07.05.22 Teil 2: 18.11.-20.11.22	Stubaital	18.02.22	Mitglieder BVS und DBS 1100,- / Nichtmitglieder 1350,-	mit Übernachtung und Verpflegung
DRS-22004	Rollstuhlbasketball	N. N. (5 Module)	Lobbach	N. N.	700,- (inkl. Prüfungsgebühren)	mit Unterkunft und Verpflegung <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a>
DRS-22005	Rollstuhlbasketball	N. N. (2 Module)	Lobbach	N. N.	300,- (inkl. Prüfungsgebühren)	<b>Voraussetzung:</b> Grundlagenschein Rollstuhlbasketball mit Unterkunft und Verpflegung <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a>

## Kompaktausbildung Block 10/300

LG-NR.	Sportart	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
MVP-B-05-2022	Goalball	Online: 07.-31-03.22  Präsenz: 09.-13.04.22 04.-05.06.22  Hospitation 07.-30.06.22	Rostock/ CJD	21.02.22	350,- Verbandsmitglieder 450,- Nichtmitglieder	Online / Präsenz in Verbindung zum* zur Paratrainer*in C Goalball – Leistungssport



## Block 400 – Leistungssport

### Trainer\*in B – Leistungssport – Behindertensport

**Zielgruppe:** Die Ausbildung richtet sich an Personen, die Angebote im Leistungssport Behindertensport anbieten möchten

**Umfang:** Der Lehrgang umfasst 60 LE.

LG-NR.	Sportart	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
DRS-22006	Rollstuhlbasketball	N. N. (2 Module)	Lobbach	N. N.	400,- (inkl. Prüfungsgebühren)	mit Unterkunft und Verpflegung <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a>

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Physiotherapeut\*innen

**Zielgruppe:** Die Sonderlehrgänge für Physiotherapeut\*innen sind spezielle Kompaktkurse für Physiotherapeut\*innen. Es werden Schwerpunkte auf die pädagogische und methodische Kompetenz gelegt. Fundiertes medizinisches Fachwissen wird vorausgesetzt.

**Umfang:** Der Umfang und die Inhalte richten sich nach den jeweiligen Profilblöcken:

- Block 10 – Grundlagen: 36 LE
- Block 30 – Orthopädie: 16 LE
- Block 40 – Innere Medizin: 60 LE
- Block 60 – Neurologie: 16 LE

## Block 10 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-Phy1022	08.-10.07.22	Fulda	19.06.22	HBRS 400,- / DBS 450,- / Sonstige 550,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung

## Block 30 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-Phy3022	08.-09.10.22	Fulda	18.09.22	HBRS 250,- / DBS 300,- / Sonstige 400,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung

## Kompaktausbildung Block 10/30 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-S-A-2203 Teil 1	Online: 05.03.22	Saulgrub & Online	05.01.22	Mitglieder BVS und DBS 700,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
Teil 2	Präsenz: 21.03.-24.03.22				
BAY-S-A-2204	25.07.-29.07.22	Saulgrub	25.05.22	Mitglieder BVS und DBS 805,- / Nichtmitglieder 1210,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
BAY-S-A-2205 Teil 1	Online: 24.09.22	Saulgrub & Online	24.07.22	Mitglieder BVS und DBS 700,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
Teil 2	Präsenz: 17.10.-20.10.22				
B-22-PH 01	23.-27.09.22 08.-09.10.22	Berlin & Online	26.08.22	DBS 380,- / DOSB 400,- / Sonstige 430,-	Online abends: 26.-27.09. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR-SLG-1-22	06.-08.05.22 13.-15.05.22	Frankfurt/Oder	06.04.22	BSB 285,- / DBS 300,- / Sonstige 370,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial
HH-223002	23.-25.09.22 29.-25.10.22	Hamburg	24.08.22	BRSH 210,- / andere Verbände 370,-	ohne Übernachtung
H-Phy103022	25.-29.04.22	Fulda	10.04.22	HBRS 600,- / DBS 700,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung
MVP-B-03-2022	27.-28.08.22 30.09.-02.10.22	Neu Roggentin bei Rostock	08.08.22	350,- Verbandsmitglieder 450,- Nichtmitglieder	Kooperation mit VPT M-V e. V.
NDS-22.150.1	21-25.02.22	Hannover	07.01.22	BSN 265,- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 570,- / Privat 1.100,-	Leitung: Beate Pelz
NDS-22.150.2	11.-14.07.22	Hannover	27.06.22		

E-Learning

E-Learning

E-Learning

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
RP-22PT1001	21.-25.03.22	Edenkoben/Pfalz	18.02.22	(A) 610,- / (B) 930,- / (C) 1.240,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-22PT1002	01.-03.07.22 16.-17.07.22	Bitburg/Eifel	04.06.22		
RP-22PT1003	29.08.-02.09.22	Bitburg/Eifel	29.07.22		
 SL-2203-1	Online: 07.-09.03.22 Präsenz: 24.-26.03.22	Völklingen & Online	14.02.22	BRS Saarland 550,- / Sonstige 720,-	ohne Übernachtung
 SL-2203-2	Online: 26.-28.09.22 Präsenz: 13.-15.10.22	Völklingen & Online	05.09.22		
S-10/30P.1-01 10/30P.2-01	13.-15.01.22 04.-05.03.22	Leipzig	17.12.21	SBV-Mitglieder 300,- / DBS- Mitglieder 540,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung
S-10/30P-03	21.-25.03.22	Werdau	14.01.22	SBV-Mitglieder 550,- / DBS- Mitglieder 790,- / Sonstige 1150,-	mit Übernachtung und Verpflegung
S-10/30P-08	01.-05.08.22	Werdau	27.05.22		
S-10/30P.1-09 10/30P.2-09	01.-03.09.22 07.-08.10.22	Leipzig	05.08.22	SBV-Mitglieder 300,- / DBS- Mitglieder 540,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung
S-10/30P-09	26.-30.09.22	Werdau	22.07.22	SBV-Mitglieder 550,- / DBS- Mitglieder 790,- / Extern 1150,-	mit Übernachtung und Verpflegung
 SAN-22-ÜB01	Online: 21.02.22 Präsenz: 22.-25.02.22	Halle (Saale) & Online	28.12.21	BSSA-Mitglieder 345,- / DBS-Mitglieder 520,- / Sonstige 920,-	Kombination aus Online-Seminar und Präsenzphase; ohne Verpflegung und Übernachtung
SAN-22-ÜB05	Online: 09.05.22 Präsenz: 10.-13.05.22	Halle (Saale) & Online	12.04.22		
SAN-22-ÜB10	Online: 17.10.22 Präsenz: 18.-21.10.22	Halle (Saale) & Online	16.08.22		
SH-30 P	10.-12.06.22 24.-26.06.22	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 400,- / Sonstige 800,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
T-22-ÜB02	07.-08.05.22 14.-15.05.22 22.05.22	Erfurt	26.03.22	TBRSV 250,- / DBS 500,- / Nichtmitglieder 750,-	
T-22-ÜB06	05.-06.11.22 12.-13.11.22 26.11.22	Erfurt	24.09.22		
W-Physio-1	19.-23.04.22	Landessportschule Ruit	19.03.22	WBRM-Mitglieder 660,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-Physio-2	26.-30.09.22	Sportpark Ost Ludwigsburg	26.08.22		

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
DBS-A-P-2022-01	03.-07.01.22	Bremen	06.12.21	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2022-02	14.-18.02.22	Hamm	17.01.22	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
DBS-A-P-2022-03	17.-19.03.22 01.-03.04.22	Arnsberg	17.02.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2022-04	16.-20.05.22	Arnsberg	18.04.22		
DBS-A-P-2022-05	08.-12.06.22	Bremen	11.05.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2022-06	18.-22.07.22	Bielefeld	20.06.22	625,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
DBS-A-P-2022-07	15.-19.08.22	Bremen	18.07.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2022-08	26.-30.09.22	Arnsberg	29.08.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2022-09	21.-23.10.22 04.-06.11.22	Arnsberg	17.09.22		
DBS-A-P-2022-10	05.-09.12.22	Hamm	07.11.22	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

## Block 40 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-Phy4022	12.-16.09.22	Fulda	28.08.22	HBRS 700,- / DBS 750,- / Sonstige 850,-	ohne Übernachtung mit Verpflegung
SAN-22-ÜB04	20.-22.04.22 27.-29.04.22	Barby Halle (Saale)	23.02.22	BSSA-Mitglieder 345,- / DBS-Mitglieder 520,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung

## Block 60 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
SAN-22-ÜB11	10.-11.11.22	Halle (Saale)	15.09.22	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
DBS-A-P-2022-11	11.-12.04.22	Bielefeld	14.03.22	195,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
DBS-A-P-2022-12	06.-07.10.22		08.09.22		

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Lehrer\*innen

**Zielgruppe:** Die Sonderlehrgänge für Lehrer\*innen sind spezielle Kompaktkurse für vorqualifizierte Lehrer\*innen (Sport- und Gymnastiklehrer\*innen, Diplom Sportlehrer\*innen und Diplom-Sportwissenschaftler\*innen). Es werden Schwerpunkte auf die spezifischen Aspekte des Rehabilitationssports gelegt

**Umfang:** Der Umfang und die Inhalte richten sich nach den jeweiligen Profilböcken:  
 • Block 10 Grundlagen und Block 30 – Orthopädie: 50 LE

## Block 10/30 – Lehrer\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
 <b>BAY-S-A-2206</b> Teil 1  Teil 2	Online: 17.09.22	Saulgrub & Online	17.07.22	Mitglieder BVS und DBS 700,- / Sonstige 1050,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
	Präsenz: 27.09.-30.09.22				
<b>T-22-ÜB05</b>	10.-13.10.22 22.10.22	Jena	29.08.22	TBRVS 250,- / DBS 500,- / Nichtmitglieder 750,-	
<b>W-Lehrer-1</b>	03.-07.01.22	Landessportschule Ruit	15.12.21	WBRS und DBS-Mitglieder 660,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>W-Lehrer-2</b>	03.-07.08.22	Landessportschule Albstadt	03.07.22		
<b>DBS-A-L-2022-01</b>	10.-14.01.22	Arnsberg	13.12.21	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
<b>DBS-A-L-2022-02</b>	28.02.-04.03.22	Hamm	31.01.22	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>DBS-A-L-2022-03</b>	19.-23.04.22	Bielefeld	22.03.22	625,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>DBS-A-L-2022-04</b>	09.-13.05.22	Bremen	11.04.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
<b>DBS-A-L-2022-05</b>	20.-24.06.22	Hennef	23.05.22	625,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>DBS-A-L-2022-06</b>	10.-14.10.22	Bielefeld	12.09.22	625,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>DBS-A-L-2022-07</b>	07.-11.11.22	Hamm	10.10.22	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>DBS-A-L-2022-08</b>	12.-16.12.22	Arnsberg	14.11.22	695,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Fitnesstrainer\*innen

**Zielgruppe:** Die Sonderlehrgänge für Fitnesstrainer\*innen sind spezielle Kompaktkurse für vorqualifizierte Fitnesstrainer\*innen. Es werden Schwerpunkte auf die spezifischen Aspekte des Rehabilitationssports gelegt.

**Umfang:** Der Umfang und die Inhalte richten sich nach den jeweiligen Profilböcken:

- Block 10 Grundlagen und Block 30 – Orthopädie: 90 LE

## Block 10/30 – Fitnesstrainer\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>BAY-S-A-2207</b> Teil 1  Teil 2 Teil 3	Online: 09.04.-10.04.22  Präsenz: 08.05.-13.05.22 04.06.-05.06.22	Amberg & Online	09.02.22	Mitglieder BVS und DBS 650,- / Sonstige 975,-	teilweise Online
<b>B-22-FIT1</b>	25./27.04.22 02./04.05.22 09./11.05.22 16.-20.05.22	Berlin & Online	28.03.22	DBS 680,- / DOSB 780,- / Sonstige 900,-	Online vormittags: 25.04./ 27.04./ 02.05./ 04.05./ 09.05./ 11.05. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-22-FIT2</b>	31.10./02.11.22 07./09.11.22 14./16.11.22 21.-25.11.22	Berlin & Online	03.10.22		Online vormittags: 31.10./ 02.11./ 07.11./09.11./ 14.11/ 16.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>SL-2204/1</b>	Online: 25./27./29.01./ 01./03./05.02.22  Präsenz: 08.-12.02.22	Völklingen & Online	04.01.22	BRS Saarland 920,- / Sonstige 920,-	
<b>SL-2204/2</b>	Online: 26./28./30.04./ 03./05./07.05.22  Präsenz: 10.-14.05.22	Völklingen & Online	05.04.22		ohne Übernachtung
<b>SL-2204/3</b>	Online: 12./14./16./19./ 21./23.07.22  Präsenz: 26.-30.07.22	Völklingen & Online	21.06.22		
<b>SL-2204/4</b>	12.-19.11.22	Völklingen	21.10.22		ohne Übernachtung
<b>SAN-22-ÜB07</b>	Online: 20.06.22  Präsenz: 21.-24.06.22 27.-28.06.22	Halle (Saale) & Online	25.04.22	BSSA-Mitglieder 460,- / DBS-Mitglieder 700,- / Sonstige 1400,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
<b>SH-30 F</b>	13.-14.08.22 27.-28.08.22 10.-11.09.22 24.-25.09.22	Kiel	4 Wochen vor Lehrgangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 600,- / Sonstige 1200,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Fitnesstrainer\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>W-Fitness-1</b>	Online: 13.-15.06.22 Präsenz: 22.-24.06.22 09.07.22	Sportpark Ost Ludwigsburg & Online	13.05.22	WBRS-Mitglieder 600,-/ Nichtmitglieder 900,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>W-Fitness-2</b>	Online: 04.-06.11.22 Präsenz: 30.11.-02.12.22 10.12.22	Landessportschule Ruit & Online	04.10.22		
<b>DBS-A-F-2022-01</b>	07.-11.02.22 14.-17.03.22	Arnsberg	10.01.22	1175,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
<b>DBS-A-F-2022-02</b>	11.-15.07.22 08.-11.08.22	Hennef	13.06.22	1050,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>DBS-A-F-2022-03</b>	14.-18.11.22 01.-04.12.22	Arnsberg	17.10.22	1175,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)

E-Learning

E-Learning

## Teilhabe und Inklusion fördern

### Spenden, Stiften, Fördern

Die Stiftung Behindertensport wurde 1993 gegründet und fördert seither Projekte rund um den Sport von Menschen mit Behinderung. Werden auch Sie Wegbereiter für Teilhabe und Inklusion und unterstützen mit Ihrer Spende die Belange von Menschen mit Behinderung im Sport.

#### Mit Sport zu einer starken Gemeinschaft

##### Stiftung Behindertensport

Telefon: 02234-6000-351

E-Mail: [info@stiftungbehindertensport.de](mailto:info@stiftungbehindertensport.de)

Internet: [www.stiftungbehindertensport.de](http://www.stiftungbehindertensport.de)

##### Bankverbindung

Kreissparkasse Köln

IBAN: DE30 3705 0299 0000 4096 98

SWIFT-BIC: COKSDE33XXX



Wir fördern  
Zukunft.

## Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins

- Zielgruppe:** Diese Weiterbildung richtet sich an Übungsleiterinnen, die bereits im Besitz einer gültigen Übungsleiterlizenz B „Sport in der Rehabilitation“ sind und auf Grundlage des § 64 SGB IX, ein eigenständiges Rehabilitationssportangebot zum Thema Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen mit oder ohne drohender Behinderung durchführen möchten.
- Umfang:** Die Weiterbildung umfasst 82 LE.
- Kursinhalte:** Es werden folgende spezifische Inhalte vermittelt:
- Techniken zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
  - Selbsterfahrung
  - Wahrnehmungsübungen
  - Umgang mit Gewalt
  - Rolle als Trainerin
  - Rollenspiele
  - Formales auf Grundlage § 64 SGB IX
  - Rechtliche Aspekte
  - Konzeptentwicklung
  - Lehrprobe

## Verkürzte Weiterbildung ÜzSdS – W15

Die verkürzte Weiterbildung richtet sich an vorqualifizierte Übungsleiterinnen mit einer gültigen Übungsleiterlizenz B „Sport in der Rehabilitation“ in Verbindung mit einer der folgenden Vorqualifikationen:

- Zielgruppe:**
- WENDO-Trainerinnen mit abgeschlossener 3-jähriger Ausbildung
  - Karate-Trainerinnen mit C Lizenz und Weiterbildung nach dem Konzept von Lydia Zijdel und/oder Fortbildungen zum Thema Gewaltprävention und Frauensport
  - Selbstverteidigungstrainerinnen nach dem Konzept von Sunny Graf
  - Ju-Jitsu-Trainerinnen mit Grüngurt, zusätzliche Ausbildung mit mind. 25 LE für Frauenselbstverteidigung in ihrem Verband
  - Inhaberinnen der DOSB- Sonderlizenz „Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen“ im Umfang von 96 LE
  - Trainerinnen mit C Lizenz beim Deutschen Judobund e.V., die das Modul „Gewaltprävention“ und die Fortbildung „Selbstbehauptung für Frauen“ absolviert haben
  - Karate-Trainerinnen mit B Lizenz mit dem Zusatz Gewaltprävention und/oder Selbstverteidigung
  - Judo-Trainerinnen mit B Lizenz mit dem Zusatz Gewaltprävention und/oder Selbstverteidigung
- Umfang:**
- Die verkürzte Weiterbildung umfasst 15 LE.

**i** Diese Weiterbildungslehrgänge können bundesweit ausgeschrieben werden und richten sich an Interessenten aus allen Bundesländern. Informationen zu den Weiterbildungen finden Sie auf der [DBS-Website](#).

# Weiterbildung – Deutsches Sportabzeichen – Prüfer\*innen

## Zusatzerwerb der Prüfberechtigung für Menschen mit Behinderung

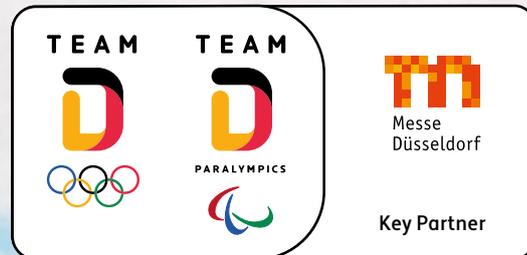
**Zielgruppe:** Dieser Lehrgang ist für Teilnehmer\*innen, die bereits als Prüfer\*in des Deutschen Sportabzeichens tätig sind und auch die Prüfungen von Menschen mit Behinderung abnehmen möchten. Von den Teilnehmer\*innen wird der „Ausweis Prüfer\*in“ als Zugangsvoraussetzung verlangt.

**Umfang:** Tagesveranstaltung mit 8 LE

**Kursinhalte:**

- Leistungskatalog
- Gerätekunde
- Klassifizierung
- Didaktik/Methodik
- Anerkennung von Leistungen
- gesundheitliche Besonderheiten

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
 B-22-F15	29.03.22 (Theorie)	Online	01.03.22	15,-	Theorie <b>und</b> Praxis erforderlich
B-22-F18	02.04.22 (Praxis)	Berlin	01.03.22	15,-	
 B-22-F34	30.08.22 (Theorie)	Online	02.08.22	15,-	
B-22-F35	03.09.22 (Praxis)	Berlin	02.08.22	15,-	
B-22-F25	21.05.22	Berlin	22.04.22	30,-	
H-22F46	22.10.22	Kassel	25.09.22	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-	
NDS	30.04.22	Hannover	18.04.22		
NDS	08.10.22	Hannover	26.09.22		
 NW-228901	23.02.22 (Teil 1)	Online	23.01.22	30,- BRSNW-Vereine Tarif A 40,- andere Landesverbände Koop. außerord. Vereine 60,- Externe	Teil 1 <b>und</b> Teil 2 erforderlich
 NW-228902	23.03.22 (Teil 1)	Online	23.02.22		
NW-228903	02.04.22 (Teil 2)	Duisburg	02.03.22		
 NW-228904	25.05.22 (Teil 1)	Online	25.04.22		
NW-228905	18.06.22 (Teil 2)	Duisburg	18.05.22		
NW-228545	26.03.22	KSB Wesel	25.03.22	40,- / 80,- mit/ohne Vereinsempfehlung	
RP-DSA-1	N.N.	Koblenz	N.N.	Kooperationslehrgänge mit dem Sportbund Pfalz, dem Sportbund Rheinhessen und dem Sportbund Rheinland; Anmeldungen über den jeweiligen Sportbund	
RP-DSA-2	N.N.	N.N.	N.N.		
RP-DSA-3	N.N.	N.N.	N.N.		
 S-DSA-1	02.04.22	Leipzig	01.03.22	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/ index.php?id=19</a>	
SH-Sport	23.04.22	Schleswig	23.03.22	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 30,- / Sonstige 60,-	mit Verpflegung
T-22-F19	17.09.22	Bad Blankenburg	06.08.22	TBRVS 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-	

A person in a wheelchair is shown in action, racing down a snowy slope. The person is wearing a white and blue racing suit, a white helmet with a red stripe, and green goggles. The wheelchair is a specialized racing model with large, thin tires. The background is a bright, snowy landscape. In the foreground on the left, the rear wheel and blue frame of another wheelchair are visible, suggesting a close-up or side-by-side view of the race.

2026 Mailand/  
Cortina  
2024 Paris  
2022 Peking

Weltklasse erreicht die Messe Düsseldorf mit der Organisation von mehr als 40 Messen in Düsseldorf, davon über 20 die Nr. 1 in ihrer Branche, sowie mehr als 100 Veranstaltungen im Ausland. Und noch ein Forum für weltumspannende Kommunikation gestalten wir maßgeblich mit: **das Deutsche Haus Paralympics**. Als Key Partner des Team Deutschland Paralympics koordinieren wir in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sport Marketing seit 2010 bei allen Paralympischen Spielen diesen internationalen Treffpunkt für das Team Deutschland Paralympics und seine Partner.

Kontakte, Freunde, Partner – gewinnen Sie mit uns.

# Fortbildungen – Baden



**Badischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.**  
 Mühlstraße 68  
 76532 Baden-Baden  
 Telefon: 07221-39618-0  
 Fax: 07221-39618-18  
 E-Mail: [bbs@bbsbaden.de](mailto:bbs@bbsbaden.de)  
 Internet: [www.bbsbaden.de](http://www.bbsbaden.de)

AGB/Teilnahmebedingungen  
Anmeldung

Fitnesstrends für den ganzen Körper				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201020401	14.-16.01.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	25.11.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein wichtiges Ziel des Rehasports ist es, den Körper als Ganzes zu sehen und somit auch innerhalb der Sportstunden die unterschiedlichen motorischen Beanspruchungsformen gezielt zu üben und zu verbessern. In dieser Fortbildung stehen Herzkreislauf-Training, Kraft, Beweglichkeit und Stretching, aber auch Entspannung und Achtsamkeit im Fokus. Es werden u.a. Stunden zu den Bewegungskonzepten von AROHA und KAHA durchgeführt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

Die Mischung macht's!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220901	14.-16.01.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	25.11.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
BAD-220910	14.-16.10.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	25.08.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Nichts ist wichtiger als eine abwechslungsreiche Sportstunde. So kann keine Monotonie aufkommen und die Teilnehmer werden breitgefächert geschult.</p> <p>In dieser Fortbildung wird es neben dem funktionellen, ganzheitlichen Training auch einen kleinen Streifzug durch das Faszientraining sowie die Körperwahrnehmung/Entspannung geben. Aber auch der spielerische Ansatz wird nicht zu kurz kommen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

Qigong und Yoga mit Senioren				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220902	21.-23.01.22 Sportschule-Baden-Baden-Steinbach	02.12.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Yoga für Senioren orientiert sich an den Bedürfnissen und Möglichkeiten älterer Menschen. Es werden Übungen und Ausgangspositionen gezeigt, die speziell auf ältere Menschen zugeschnitten sind.</p> <p>Qigong zielt durch langsame, weiche Bewegungen mit sanfter muskulärer An- und Entspannung auf eine bewusste Wahrnehmung des Augenblickes ab. Atmung, Bewegung und Vorstellung bilden eine Einheit. Durch das Anpassen der Übungen auf die jeweils individuellen Bedingungen kann Qigong von Jedem praktiziert werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistige Bereich</p>				

# Fortbildungen – Baden

Rolle und Funktion des Fußes				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201020402	18.-20.02.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	30.12.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Füße sind unsere Basis. Sie tragen uns durchs Leben. Die Biomechanik des Fußes ist außerordentlich komplex. Kleine Funktionsstörungen können schon weitreichende Auswirkungen auf den gesamten Körper und besonders auf die Beinachse, das Becken und die Wirbelsäule haben. In diesem Lehrgang werden Zusammenhänge verdeutlicht und sportpraktische Ansatzpunkte gezeigt. Folgende Inhalte werden unter anderem aufgegriffen: Wahrnehmungsschulung, Fußgymnastik, Beinachsentraining, Stabilisation (statisch/dynamisch), Gangschulung. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

Kleiner Raum – wenig Material				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220903	18.-20.03.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	27.01.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Innerhalb dieser Fortbildung soll aufgezeigt werden, dass auch auf kleinem Raum ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm kreiert werden kann. Aus den unterschiedlichen motorischen Bereichen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination) werden Übungen, aber auch spielerische Komponenten erarbeitet. Ebenso wird auf das Thema Material eingegangen. Wie kann mit einem einfachen, überschaubaren Materialpool gearbeitet werden und welche kreativen Möglichkeiten bieten sich, um diesen Pool zu erweitern? Über Reflexionsphasen kann das Thema vertieft und den eigenen Bedürfnissen angepasst werden. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

Rücken 3-Dimensional				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201020403	01.-03.04.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	10.02.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> „Rücken – 3-Dimensional“ bedeutet die Komplexität des Rückens und der angrenzenden Strukturen in der Theorie und Praxis zu begreifen. Es werden unterschiedliche Bewegungsrichtungen der Wirbelsäule sowie Übungsmöglichkeiten für Becken, ISG, Schultergürtel und Nacken aufgezeigt. Ein allumfassendes Programm gespickt mit Elementen aus der Spiraldynamik, dem Faszientraining, Pilates und Yoga erwartet die Teilnehmer <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

Rund um die Atmung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201020404	01.-03.04.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	10.02.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung steht die Atmung im Mittelpunkt. Zum einen geht es darum, unterschiedliche Atemübungen und -techniken kennen zu lernen, die Atmung bewusst zu erleben und auch zu lenken und die Atmung in Übungen zu integrieren. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Herz-Kreislauftraining. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie</p>				



# Fortbildungen – Baden

Sicher und beweglich im Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220904	06.-08.05.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	17.03.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wann fühle ich mich sicher im Alltag? Dann, wenn ich mich zielgerichtet bewegen und auf Situationen angepasst reagieren kann. Dazu ist ein gewisses Maß an Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer genauso wichtig wie eine gute allgemeine Koordination. Neben diesen Inhalten werden zudem Themen wie üben und trainieren von Alltagsbewegungen, Sturzprophylaxe und der Umgang mit Hilfsmitteln, wie z.B. Rollator aufgegriffen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

Teller Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220905	13.-15.05.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	24.03.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Beim Teller Qigong werden auf spielerische Art und Weise Elemente des Qigong, Taiji und Kung Fu zu einer harmonischen und trainingsintensiven Übungsreihe verbunden. Kraft, Beweglichkeit und Koordination werden geschult und die Wirkung auf den gesamten Bewegungsapparat, einschließlich der Faszien, ist spürbar. Durch Verwenden von Tellern, Säckchen und anderen Hilfsmitteln hat das Üben einen hohen Aufforderungscharakter.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

Mit Musik und Tanz geht alles besser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220906	13.-15.05.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	24.03.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Tanzen hält fit, bringt Freude, und es kann jeder! Unter diesem Motto werden die Teilnehmer, neben dem Umgang und dem Einsetzen von Musik, unterschiedlichste Tanz- und Bewegungsformationen kennenlernen. Ob allein, paarweise, im Sitzen, spielerisch oder mit Choreografie, von allem wird etwas dabei sein</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

Refresher Lunge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220201	20.-22.05.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	31.03.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Innerhalb der Fortbildung werden die Grundlagen der unterschiedlichen Lungenerkrankungen aufgefrischt und vertieft, sowie die Basaldiagnostik dazu vorgestellt. Zudem werden die Möglichkeiten einer Sauerstofflangzeittherapie und der Umgang mit Medikamenten vorgestellt und diverse Atemtrainer in Theorie und Praxis gezeigt. Abgerundet wird die Fortbildung durch intensives Üben in der Halle.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Wasser als Trainingsmittel / Rehasport im Sitzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201040501	20.-22.05.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	31.03.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Diese Fortbildung besteht aus zwei Themenblöcken. Zum einen wird auf das Element Wasser eingegangen. Wie können im Wasser die unterschiedlichen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination verbessert werden, welche Organisationsformen bieten sich an und wie können die gewählten Inhalte an unterschiedliche Voraussetzungen angepasst werden. Beim zweiten Themenblock steht der Stuhl im Mittelpunkt. Es wird ein umfangreiches Repertoire an Übungen und Spielformen angeboten, welches für Gruppen ausgerichtet ist, die viel im Sitzen arbeiten oder den Stuhl als Trainingsgerät nutzen möchten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

# Fortbildungen – Baden

Rund um die Koordination				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-2201020405	24.-26.06.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	12.05.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Koordination wird als die Fähigkeit bezeichnet, vorher- und unvorhersehbare Situationen motorisch sicher und ökonomisch zu beherrschen. Gerade im Rehasport spielen die Bewegungskontrolle und -sicherheit eine wichtige Rolle. Die Koordinationsfähigkeit setzt sich aus unterschiedlichen Fähigkeiten zusammen. Je besser die Einzelnen ausgebildet sind, desto besser ist die allgemeine Koordination, welche die Basis aller Leistungen des sensomotorischen Systems darstellt.</p> <p>Innerhalb der Fortbildung wird eine Bandbreite an Übungs- und Spielmöglichkeiten für die Schulung der Koordination, der Sensomotorik aufgezeigt und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie</p>				

Wir sind dann mal draußen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220907	01.-03.07.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	12.05.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Bewegen in der freien Natur und an der frischen Luft ist gut für Körper und Seele. Es werden Möglichkeiten gezeigt, die Natur vielseitig in ein Bewegungsprogramm mit einzubinden. Die Inhalte reichen vom Walking mit und ohne Hilfsmittel über Nordic Walking bis hin zu funktionellen Übungen unter Einbindung von Trainingsmitteln, die im Freien zu finden sind wie Bänke, Baumstümpfe, Stufen, Mauern, Geländer, usw. Abgerundet wird das Wochenende mit spielerischen Elementen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

Laufen – Werfen - Springen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220908	16.-18.09.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	28.07.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Laufen, Springen, Werfen sind elementare Inhalte für den Sport und lassen sich der Leichtathletik zuordnen. Viele Disziplinen und vor allem das Heranführen an diese Disziplinen können wunderbar modifiziert und an unterschiedlichste Gruppen (Kinder, Senioren, ...) angepasst werden. Ein schönes Beispiel ist die koordinative Laufschulung. Sie führt zu einem verbesserten und ökonomischeren Lauf- und Gangbild, was wiederum die Bewegungssicherheit verbessert und somit die Sturzgefahr vermindert. In dieser Fortbildung soll genau darauf eingegangen werden. Wie können die Inhalte und Materialien aus der Leichtathletik so angepasst werden, dass unterschiedlichste Interessengruppen erreicht werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

Refresher Innere / HLW				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220202	21.-23.10.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	01.09.22	15	BBS-Mitglieder 60,- / WBRS-Mitglieder 240,- / Sonstige 750,-
<p><b>Beschreibung:</b> Innerhalb der Fortbildung sollen ausgesuchte Krankheitsbilder aus dem Bereich der Inneren Medizin beleuchtet werden. Worauf muss bei der Auswahl der Stundeninhalte geachtet werden? Wo liegen die Herausforderungen und welche Lösungsmöglichkeiten kann es geben.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Dieser Kurs beinhaltet einen HLW-/Reanimationskurs</p>				



# Fortbildungen – Baden

Sport bei/nach Krebs (Einstieg und Vertiefung)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-22010201	21.-23.10.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	01.09.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Es ist mittlerweile bekannt, dass körperliche Aktivität messbar die Nebenwirkungen einer Chemotherapie oder antihormonellen Therapie reduzieren kann. Zudem verbessert sich die Leistungsfähigkeit und das Selbstbewusstsein wird gestärkt, was wiederum Auswirkungen auf die Lebensqualität hat. Aus diesem Grund ist es wichtig, vor, während und nach einer Krebstherapie ein moderates, an den individuellen Möglichkeiten der Betroffenen angepasstes Bewegungsprogramm anzubieten.</p> <p>Diese Fortbildung zielt darauf ab, Übungsleitern einen Einstieg und eine Vertiefung in wichtige theoretische Themen, aber auch in die praktischen Möglichkeiten bei ausgesuchten Krebserkrankungen zu geben.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Faszientraining/Pilates				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220911	11.-13.11.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	22.09.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Faszientraining steht für ein ganzheitliches Training mit weichen und dynamischen Bewegungen. Vermittelt werden sollen unter anderem die Bedeutung und Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe) sowie die Grundprinzipien des Faszientrainings.</p> <p>Pilates ist eine Kombination von Übungen, die fließend ineinander übergehen. Sie stellen eine Mischung aus Kräftigung und Dehnung dar. Es handelt sich um ein ganzheitliches Trainingskonzept, welches sich auf die Stärkung der Körpermitte und auf die Stabilisierung der Körperhaltung konzentriert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

Sport bei/nach Krebs (Fortgeschrittene)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-22010202	11.-13.11.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	22.09.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Diese Fortbildung ist adressiert an Übungsleiter, die im Bereich Sport bei/nach Krebs schon über ein grundlegendes Wissen in Theorie und Praxis verfügen und schon längere Zeit eine Gruppe betreuen. Bestehendes Wissen soll aufgefrischt und neue Erkenntnisse vermittelt werden. Innerhalb der Praxis werden u.a. Themen wie Lymphgymnastik, Beckenbodentraining sowie Spiel und Spaß mit Köpfchen aufgegriffen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Demenz, Schlaganfall, Parkinson				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-220401	16.-18.12.22 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	27.10.22	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die medizinischen Grundlagen der drei Krankheitsbilder Demenz, Schlaganfall und Parkinson werden aufgefrischt und vertieft. Wie äußern sich diese Krankheitsbilder und welche Möglichkeit bietet der Rehasport? In Theorie und Praxis wird mit den Teilnehmern erarbeitet, welche Inhalte wichtig sind, wie Übungen und Spielformen ausgerichtet sein sollen und ggf. angepasst werden können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p>				

# Fortbildungen – Bayern



**Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Bayern e.V.**  
 Georg-Brauchle-Ring 93  
 80992 München  
 Telefon: 089-544189-0  
 Fax: 089-544189-99  
 E-Mail: [lehre@bvs-bayern.com](mailto:lehre@bvs-bayern.com)  
 Internet: [www.bvs-bayern.com](http://www.bvs-bayern.com)

BAY

[AGB/Teilnahmebedingungen](#)  
[Anmeldung](#)

## Übungsvielfalt für Menschen mit Behinderung (zur Verlängerung der Lizenz "Reitsport für Menschen mit Behinderung")

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2201	02.-03.04.22 Aurach	02.02.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Kleine und größere Spiele, Koordination, Kondition, Kräftigung und Entspannung... diese Punkte und noch mehr werden Thema des Lehrgangs sein. Ziel ist es, den Übungsleiter\*innen ein möglichst breitgefächertes Repertoire an Übungen und Spielen für Menschen mit Behinderung an die Hand zu geben. Bei diesem Lehrgang handelt es sich um einen Kooperationslehrgang mit der BLVThR, der sich aus zwei Teilen zusammensetzt. Der hier ausgeschriebene 2. Teil dient der Verlängerung der Lizenz Übungsleiter\*in C Breitensport - Behindertensport.

**Zielgruppe:** Behindertensport, Reitsport für Menschen mit Behinderung

## Mit Schwung & Kraft in der Natur

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2202	21.-22.05.22 Muhr am See	21.03.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Vielseitige Angebotsthemen für den Behindertensportbereich werden erkundet und auf verschiedene Behinderungsarten angepasst. Am 1. Tag werden wir am Hafen mit dem Kajak und SUP unterwegs sein, ebenso werden wir Beachvolleyball ausprobieren. Zum Tagesabschluss steht noch Entspannung auf dem Programm. Der 2. Tag wird uns in den Wald führen, wo wir vom Gehen, Laufen, Walken, Nordic Walking und Training mit Schwunghanteln viel Abwechslung bieten. Außerdem probieren wir ein Outdoor-Fitness-Zirkeltraining aus. Bei schlechtem Wetter findet ein alternatives Programm in der Turnhalle statt.

**Zielgruppe:** Behindertensport

## Sport und Mobilität im Rollstuhl

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2203	04.-05.06.22 Nürnberg	04.04.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Praktische Themen der Fortbildung sind die Mobilitätsförderung, Bewegungsspiele und Mannschaftsspiele mit dem Rollstuhl. In der Theorie werden Bewegung und Sport unter Einsatz verschiedener Vorsatzgeräte genauer beleuchtet.

**Zielgruppe:** Behindertensport

## Sport für ALLE - Sportstunden inklusiv gestalten

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2204	22.10.22 Online	22.08.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-

**Beschreibung:** Inklusion ist ein Begriff, der im Sport nicht mehr weg zu denken ist, denn Inklusion bedeutet eine große Chance! Bei diesem Lehrgang werden die Grundlagen der Inklusion im und durch Sport thematisiert und verschiedene Ansatzmöglichkeiten vorgestellt. Es sind aber auch Teilnehmer\*innen willkommen, die schon Erfahrung im Inklusionssport haben, denn ein Erfahrungsaustausch rundet die Fortbildung ab.

**Zielgruppe:** Behindertensport

**Besonderheiten:** Inklusion



# Fortbildungen – Bayern

Senior*innensport und seine Auswirkungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2205	12.-13.11.22 Augsburg	12.09.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Lehrgang stellt das große Repertoire an Bewegungs- und Sportangeboten im physischen, psychischen und sozialen Bereich und die Auswirkungen auf den Alltag für Senior*innen vor.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Behindertensport</p>				

Und was ist eigentlich...? Trendsportarten und die Lupe genommen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2206	26.11.22 N.N.	26.09.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Einige Trendsportarten sind inzwischen gut bekannt und lassen sich in vielen Sportstunden wiederfinden, andere Sportarten oder Spiele sind hingegen vollkommen unbekannt. Die Fortbildung stellt verschiedene Trendsportarten vor und zeigt deren Einsatzmöglichkeiten im Behinderten- und Inklusionssport auf.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Behindertensport</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Inklusion, Ort wird noch bekannt gegeben</p>				

Spiele für Gruppen - für kleine und große Flächen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F-2207	10.-11.12.22 Moosburg	10.10.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Spiele sind immer willkommen, aber sie sollen ein überschaubares Regelwerk haben und ohne große Vorbereitungen umgesetzt werden können. Dazu müssen sie leicht anzupassen sein an Gruppengröße, den vorhandenen Platz und die Belastbarkeit der Teilnehmer*innen. Auch sitzende und gehende Teilnehmer*innen können zusammenspielen! Mit Alltagsmaterialien lässt sich manche alte Idee aufpolieren. Spielformen werden modifiziert, damit der Spaß am Spiel erhalten bleibt oder ganz neu entsteht.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Behindertensport</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Inklusion</p>				

Qigong - Kraft und Lebensfreude durch sanfte Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2201	05.-06.02.22 Augsburg	05.12.21	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Qigong ist das ausdauernde Bemühen, durch Harmonisierung von Körper, Atem und Geist die Kontrolle über den inneren Fluss der Lebensenergie (Qi) zu erlangen. Die langsam und konzentriert ausgeführten Bewegungen fördern Achtsamkeit und die Selbstheilungskräfte und wirken positiv auf Kreislauf, Muskeln und Bindegewebe. Im Lehrgang erlernen wir das achtteilige Herz-Qigong, das gut an die Teilnehmer*innen im Rehasport weitergegeben werden kann.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Nachhaltigkeit in der Bewegungsmotivation - psychologische und gruppenspezifische Aspekte der Kommunikation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2202	18.-19.02.22 Online	18.12.21	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
BAY-B-F-2214	22.-23.07.22 Online	22.05.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Positive Effekte von Bewegung werden u.a. von zwei Aspekten beeinflusst: Erreichen wir den einzelnen Menschen mit seinen Sorgen, Nöten, Wünschen und Hoffnungen? Gelingt es uns nachhaltig, Menschen zu stärken und an die Wirksamkeit des eigenen Handelns glauben zu lassen? Es werden Chancen, Hindernisse und Ambivalenzen im Zusammenspiel zwischen Übungsleiter*in, einzelnen Patient*innen und der Gruppe beschrieben. Durch psychologische Reflektion und praktische Verhaltenstipps werden Werkzeuge gezeigt, gruppenspezifische Prozesse zu nutzen, Gesprächshilfen einzusetzen und die eigene Rolle als Unterstützer*in zu stärken.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Bayern

Beweglichkeitstraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2203	20.02.22 Memmingen	20.12.21	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Bewegung heißt Leben. Je besser die Beweglichkeit in Gelenken und Weichteilen möglich ist, desto mehr Lebensqualität. Wie dehne ich Weichteilstrukturen richtig und inwieweit kann ich Gelenke beeinflussen? Es werden eine Vielzahl von Möglichkeiten vorgestellt, die sich gut in der Praxis umsetzen lassen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Qigong/Tai Chi im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2204	05.-06.03.22 Online	05.01.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Qigong/Tai Chi ist komplex und wird als Übungsfolgen angeboten, die es nach und nach zu erlernen gilt. Aber auch mit einzelnen Übungen kann der Rehasport bereichert werden. Egal, ob tatsächlich Entspannung das Ziel ist, die Achtsamkeit geschult werden soll, vorbereitende Dehnübungen Thema sind, oder kraftaufbauende Übungen eingebunden werden. Das Besondere an Qigong/Tai Chi ist, dass, egal welche Übung wir nutzen, wir den Körper bewegen und gleichzeitig den Geist zur Ruhe kommen lassen. Die Verbindungskanäle dafür sind die Meridiane und Energiezentren. Auch diese werden thematisiert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Kreativ koordinieren – propriozeptives Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2205	12.03.22 Holzkirchen	12.01.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
BAY-B-F-2216	23.-24.09.22 Online	23.07.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Mit Hilfe verschiedenster Zusatzgeräte wie Pezzibälle, Tubes, Brazils, Flexibars, aber auch mit üblichen Kleingeräten und Alltagsmaterialien werden effiziente Übungs- und Trainingsformen mit hohem gesundheitlichen Nutzen im ganzheitlichen Sinne aufgezeigt. Das Thema Koordination und Körperwahrnehmung ist heute aktueller denn je – diese Fortbildung soll helfen, den Körper als sensibles Empfindungsorgan kennen zu lernen und durch die Umsetzung des propriozeptiven Trainings im Rehasport diese Kenntnis zu unterstützen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Long COVID und Lungenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2206	26.03.22 Dingolfing	26.01.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> In der Theorie werden Behandlungsformen und Möglichkeiten und Grenzen des Sports bei Long COVID aus der Sicht eines Arztes* einer Ärztin vorgestellt. Die Praxis thematisiert die Atmung in Bewegung und beim Sport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Recovery Workout – Training zwischen dem Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2207	02.04.22 München	02.02.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Recovery Workout oder Active Recovery fordert den Körper und ist gleichzeitig schonend! Neben Yoga, Faszienyogastik, Stretching und sanftem Ausdauertraining kann auch isoliert ein schwacher Muskel während der Erholungsphase trainiert werden. Besonders wichtig ist es aber, auf die eigenen Körpersignale zu hören, denn ein Recovery Workout ist kein Haupt-Workout!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Bayern

Internationale Tänze und Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2208	09.-10.04.22 Augsburg	09.02.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
BAY-B-F-2220	08.-09.10.22 Saulgrub	08.08.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 175,- Nichtmitglieder 250,-

**Beschreibung:** Tanz und Qigong ergänzen sich exzellent. Bei beiden Bewegungsformen spüren wir unsere Mitte, kommen in einen Flow und harmonisieren Körper, Seele und Geist. Individualität und Gemeinschaft, die in einem Spannungsverhältnis zueinanderstehen, werden durch den Wechsel zwischen schwingvollem Tanzen und ruhigem Qigong auf ideale Weise ausgeglichen. Steht beim Kreistanz das Zusammenwirken der Gruppe im Vordergrund, erfordert dies auch die Konzentration auf das eigene Tun. Umgekehrt sind wir beim Qigong ganz in uns selbst gekehrt und stärken unsere Persönlichkeit für ein gedeihliches Miteinander.

**Besonderheiten:** Teilnahmegebühr für B-F-2220 mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung

**Zielgruppe:** Profilübergreifend



Faszientraining und Entspannung im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2209	30.04.22 Online	28.02.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-

**Beschreibung:** Faszientraining ist in aller Munde – doch was verbirgt sich eigentlich dahinter? Wie hängt Faszientraining mit Entspannung (und umgekehrt) zusammen? In Theorie und Praxis wird die Bedeutung und Funktionsweise der Faszien erläutert. Die Grundlagen des Faszientraining und die vielen Möglichkeiten für den Rehasport werden erarbeitet und der Bezug zur Entspannung hergestellt. Ziel des Lehrgangs ist es, das Übungsrepertoire für die Rehasportstunde bei unterschiedlichen Profilen bei den Themen Faszientraining und Entspannung zu erweitern.

**Zielgruppe:** Profilübergreifend

Ganzkörpertraining mit und ohne Gerät				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2210	07.05.22 München	07.03.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-

**Beschreibung:** Ein funktionelles Ganzkörpertraining der besonderen Art- egal ob Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und vor allem Koordination, hier bleibt nichts auf der Strecke! Vorgestellt werden Einzelübungen zur Steigerung der körperlichen Fitness aber auch Beispiele wie sich mehrere konditionelle Fähigkeiten kombinieren lassen. Immer adäquat angepasst, für Anfänger\*innen bis hin zu Trainierten.

**Zielgruppe:** Profilübergreifend



Fit mit Alltagsgeräten – Übungen und Spielformen im Bereich Koordination, Kraft und Ausdauer für drinnen und draußen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2211	22.05.22 Online	22.03.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
BAY-B-F-2222	13.11.22 Online	13.09.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-

**Beschreibung:** Mit Alltagsgeräten lernen wir verschiedene Übungen und Spielformen kennen, die sowohl in der Halle als auch im Freien durchgeführt werden können. Die Übungen werden in Bewegung, im Stand, im Liegen durchgeführt und sind z.T. auch im Sitzen für eine Hockergruppe geeignet. Bei der Auswahl der Übungen und Spielformen wird berücksichtigt, dass Mindestabstände eingehalten und die Übungen alleine oder in einer Gruppe durchgeführt werden können. Es bieten sich vielfältige und abwechslungsreiche Möglichkeiten, um Koordination, Kraft und Ausdauer mit Kleingeräten effektiv und mit Spaß zu trainieren.

**Zielgruppe:** Profilübergreifend

# Fortbildungen – Bayern

BAY

Yoga sowie Nordic Walking im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2212	18.-19.06.22 Pfaffenhofen	18.04.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung behandelt die folgenden Themen: 1. Tag: Yoga Asanas - welche Vorteile bietet dieses Training in der Therapie? Dabei werden Regressionen und Progressionen besprochen und beleuchtet. 2. Tag: Nordic Walking - welche Vorteile bietet dieses Training im kardiologischen und orthopädischen Bereich?  <b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Körperbewusstsein schulen durch Qigong/Tai Chi, mit Blick auf die Körper-Geist-Ebene				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2213	09.-10.07.22 Online	09.05.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die östliche Bewegungslehre legt besonders viel Wert auf Körperbewusstsein und Achtsamkeit. Mit dem Hintergrund, dass der Mensch aus Körper-Geist-Seele in einer Einheit besteht, verändert sich unser Blickwinkel zu dem, was und wie wir es tun. Wenn das Prinzip dahinter verstanden ist, werden Übungen mit der dafür erforderlichen Achtsamkeit bewusster wahrgenommen.  <b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

E-Learning

Rehasport von Anfang bis Ende abwechslungsreich gestalten – dank Neurokinetik-, Koordinations- und Entspannungsübungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2215	23.-24.07.22 Bruckmühl (Götting)	23.05.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
BAY-B-F-2225	26.-27.11.22 Online	26.09.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Motivierende, herausfordernde und komplexe Übungen, die in den Aufwärm-, Haupt- und Abwärmteil integrierbar sind, bilden im Gehirn neuronale Netzwerke aus (Neuroplastizität). Das unterstützt das körperliche Training und fördert zudem unter anderem die Konzentrations-, Aufnahme- und Reaktionsfähigkeit. Mentaltrainingsübungen fördern Ihre Vermittlungskompetenz als Übungsleiter*in und den "Lern"-Erfolg der Teilnehmer*innen. Für das Abwärmen gewinnen Sie einen Einblick in unterschiedliche aktive und passive Entspannungsmethoden, wie z.B. der PMR, Fantasiereisen und Übungen aus dem Yoga und Qigong.  <b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

E-Learning

Krebs und Diabetes: Krankheitsformen und deren Auswirkungen auf die Betroffenen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2217	24.09.22 Dingolfing	24.07.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ein Arzt*eine Ärztin erläutert die häufigsten Erscheinungsformen und Maßnahmen bei Krebs. Zum Thema Typ 2 Diabetes werden der Verlauf und mögliche Behandlungsformen vorgestellt. Die Praxis zeigt die Bedeutung von Sport zur Eindämmung und Bewältigung der Krankheiten mit einfachen Übungsformen.  <b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

Atem und Bewegung aus ganzheitlicher Sicht betrachten – die Wechselwirkung zwischen Atem und Körperorganen wahrnehmen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2218	24.-25.09.22 Hersbruck	24.07.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Lassen Sie sich auf Ihren Atem ein und erleben Sie einige Aha-Momente! Zwischen der Atembewegung und zahlreichen Körperorganen besteht eine Wechselwirkung. Die Atembewegung hängt eng mit der Herzfunktion und dem Lungenkreislauf zusammen, über nervliche und energetische Verflechtungen wirkt die Qualität der Atmung auf weitere Organe. Atmung und Bewegung sind komplex im Qigong/Tai Chi miteinander verbunden. In der Atmung drücken sich körperliche und seelische Belange aus, die durch Qigong/Tai Chi wahrgenommen und beeinflusst werden können.  <b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Bayern

## Pilates – Es bietet viele Vorteile für den Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2219	02.10.22 Pfaffenhofen	02.08.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Warum ergibt das Training des Körperzentrums im Rehasport Sinn? Welche Möglichkeiten bietet diese Trainingsmethode auch im Rehasport? Der Lehrgang bietet mit sehr viel Praxis einen guten Einblick in die Grundlagen des Pilates.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

## Fit von Kopf bis Fuß: Brain Gym – ein bewegtes Gehirntraining, das Spaß macht und Möglichkeiten der Entspannung im Stundenausklang

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2221	23.10.22 Online	23.08.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> „Ein gesunder Körper braucht einen gesunden Geist“. Grundvoraussetzungen hierfür sind Freude an der Bewegung, Körperwahrnehmung und Kreativität. Neben kreativen Ideen für Brain-Gymnastik im Warm-up oder Hauptteil der Übungsstunde werden Möglichkeiten zur Entspannung am Ende der Rehasportstunde vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

## Kinder- und Jugend-Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2223	19.-20.11.22 Augsburg	19.09.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> In diesem Lehrgang wird der Rehasport für Kinder und Jugendliche vorgestellt. Wir thematisieren die Voraussetzungen und Rahmenbedingungen des Sportangebots und stellen eine Vielzahl an möglichen Inhalten vor.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

## Fit von Kopf bis Fuß – Bewegtes Gedächtnistraining, Faszien-gymnastik und verschiedene Entspannungsmöglichkeiten

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2224	26.11.22 München	26.09.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> „Ein gesunder Körper braucht einen gesunden Geist“. Grundvoraussetzungen hierfür sind Freude an der Bewegung, Körperwahrnehmung und Entspannung. Neben kreativen Ideen für Brain-Gymnastik im Warm-up oder Hauptteil der Übungsstunde werden theoretische und praktische Einblicke in die Welt der Faszien gegeben und verschiedene Möglichkeiten der Entspannung vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Profilübergreifend</p>				

## Shoulder secrets

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2226	19.02.22 Memmingen	19.12.21	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Schulter ist oft ein zentraler Schlüsselpunkt bei Bewegungseinschränkungen der oberen Extremität. Wir zeigen die Ursachen, Symptome und Möglichkeiten zur Verbesserung der Schulterfunktion.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Funktionelles Training mit dem Hocker – nicht nur für Ältere!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2227	12.03.22 München	12.01.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Hocker bzw. Stuhl ist nicht nur im Sitzen ein perfekter Trainingspartner, sondern eignet sich auch hervorragend für ein kreatives Kraft- und Koordinations- und Sturzprophylaxetraining in verschiedenen Ausgangspositionen. Vorgestellt werden Übungsformen nur mit Hocker bzw. Stuhl oder kombiniert mit anderen klassischen Geräten wie z.B. Stab oder Redondoball. Unterschiedliche Organisationsformen und die Verwendung von Musik bringen viel Spaß in jede Hockergymnastik.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Rund um die Wirbelsäule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2228	19.-20.03.22 Haag	19.01.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> An diesem Wochenende steht das Thema „Rund um die Wirbelsäule“ im Fokus. Bei den vielen praktischen Übungen werden Stundenbilder für HWS, BWS und LWS erarbeitet, die sich durch den Einsatz von gängigen Hilfsmitteln und Kleingeräten als Variationsmöglichkeiten gut in den eigenen Rehasportstunden umsetzen lassen. Ergänzt wird das Programm durch Atem- und Entspannungstechniken.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport trotz Knie- und Hüftprothese				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2229	26.-27.03.22 Bad Kissingen	26.01.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
BAY-B-F-2241	12.-13.11.22 Bad Kissingen	12.09.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Im theoretischen Teil werden Informationen angeboten, welche Art von Knie- und Hüftprothesen eingesetzt und welche Rehamassnahmen durchgeführt werden. Praktisch werden Übungen gezeigt, wie wir im Rehasport mit den Teilnehmer*innen trainieren können und was es zu beachten gibt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Aufrecht & entspannt durch den Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2230	23.-24.04.22 Muhr am See	23.02.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> In unterschiedlichen Einheiten wird aus verschiedenen Blickwinkeln auf ein Ziel hingearbeitet: Eine ganzheitliche Gesundheit. Die dazu eingesetzten Verfahren und Techniken umfassen unter anderem die Spiralstabilisation der Wirbelsäule nach Dr. Smisek, Entspannungstechniken wie Atementspannung, Progressive Muskelrelaxation nach Prof. Jacobson und Achtsamkeit oder beschäftigen sich mit faszinierenden Faszien (beispielsweise mit dem Jacaranda- Ball von Togu) und Pilates für jedes Alter.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Entspannung für die Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2231	14.05.22 Augsburg	14.03.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Lehrgang gibt eine Einführung in die Entspannungsverfahren Yoga, Qigong und BuddahBalance und deren Einsatz in der Rehasportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				



# Fortbildungen – Bayern

Gymnastik im Stehen und auf dem Hocker				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2232	15.05.22 Augsburg	15.03.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Es werden verschiedene Übungen im Stehen und auf dem Hocker ausprobiert. Der Einsatz tänzerischer Elemente am Stuhl und an der Ballettstange im Rehasport werden vorgestellt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Refresher Orthopädie: Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen, Osteoporose, Krebs und Morbus Bechterew				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2233	28.-29.05.22 Augsburg	28.03.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
BAY-B-F-2237	17.-18.09.22 Augsburg	17.07.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung hat zum Ziel, das Wissen in den verschiedenen Indikationsbereichen der orthopädischen Erkrankungen aufzufrischen. Krankheitsbilder, Ursachen, Erscheinungsformen und ein passendes Bewegungsangebot unter Berücksichtigung von Indikation und Kontraindikation werden den Teilnehmer*innen vermittelt. Im Fokus stehen Wirbelsäulenerkrankungen, Osteoporose, Krebserkrankungen und Morbus Bechterew.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Potpourri für den orthopädischen Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2234	25.-26.06.22 Augsburg	25.04.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Achtsamkeit, Entspannung, Koordination, Kondition, Kräftigung, Stressbewältigung... Das sind nur einige der Themen des Lehrgangs. Möglichst praxisnah soll ein vielfältiges Repertoire für den Rehasport in orthopädischen Gruppen erarbeitet werden und Übungsleiter*innen neue Ideen für den Ideenkoffer mitgeben.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Körperliche Aktivität bei Tumorerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2235	09.07.22 Online	09.05.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung thematisiert den Einfluss von körperlicher Aktivität auf die Tumorentstehung. Der Einsatz von Sport- und Bewegungstherapie als unterstützende Maßnahme während der Behandlung durch OP, Bestrahlung, Hormon- oder Chemotherapie wird thematisiert. Unter Berücksichtigung von Indikationen und Kontraindikationen wird der onkologische Rehabilitationssport vorgestellt</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Rückenschmerzen – Schmerzbewältigung im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2236	16.-17.07.22 Moosburg	16.05.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Lehrgang beschäftigt sich mit dem Phänomen Schmerz im orthopädischen Rehasport. Die Teilnehmer*innen erfahren im theoretischen Teil die physiologischen und psychologischen Hintergründe und Ursachen von Schmerz: Warum und wie kommt es zu einer Chronifizierung von Schmerz? Wo kann Schmerzbewältigung ansetzen? Der praktische Teil ist der Schwerpunkt und beschäftigt sich mit den Möglichkeiten, dem Schmerz wirkungsvoll zu begegnen. Dabei geht es vorrangig um sanfte Bewegungs-, Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				



# Fortbildungen – Bayern

Bewegung zu Musik im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2238	15.-16.10.22 Memmingen	15.08.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wie wähle ich die richtige Musik zu meinem Thema aus? Wie kann ich wirklich MIT der Musik arbeiten? Worauf muss ich achten, wenn mit Musik gearbeitet wird? Was ist ein Musikbogen und wie arbeite ich damit? Aktive Bewegung, Entspannung und mehr zu Musik sind die Inhalte der Fortbildung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Faszientraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2239	05.-06.11.22 Amberg	05.09.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Lernen Sie den Aufbau und die Struktur von Faszien kennen. Erfahren Sie alles über die verschiedenen Trainingsmöglichkeiten unseres myofaszialen Systems und die Anwendung in Ihrer orthopädischen Rehasportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Wirbelsäulengymnastik 2.0				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2240	12.11.22 München	12.09.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ein gesunder Rücken ist nicht nur beweglich, sondern auch stark! Das große Ziel: schmerzfrei im Alltag und in der Freizeit! Neben funktionellen Übungen in verschiedenen Ausgangspositionen mit und ohne Gerät stehen Körperwahrnehmung und das freudvolle Erleben einer leistungsfähigen Wirbelsäule im Vordergrund.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport bei Atemwegserkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2242	12.-13.03.22 Amberg	12.01.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Inhalte des Lehrgangs werden ein gezieltes Krafttraining, Ausdauertraining und Kraftausdauertraining in Kombination mit Atemübungen für Patient*innen mit Lungenerkrankungen wie Asthma bronchiale, COPD u. Ä. sein.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Nordic Walking				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2243	25.06.22 München	25.04.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-
<p><b>Beschreibung:</b> Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, die im Gesundheits- und Fitnessbereich richtig im Trend liegt. In diesem Lehrgang bekommen Sie die spezielle Technik ausgiebig vermittelt und lernen Wissenswertes über Materialkunde, Pulssteuerung, als auch Kräftigungs-, Mobilisations- und Partnerübungen kennen. Sie erfahren, Ihre Teilnehmer*innen anzuleiten und Stunden sinnvoll aufzubauen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bitte Outdoor-Bekleidung und Nordic Walking Stöcke mitbringen.</p>				



# Fortbildungen – Bayern

## Sport mit chronisch kranken Kindern und Jugendlichen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2244	02.-03.07.22 Berchtesgaden	02.05.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Medizinische, sportwissenschaftliche und methodisch-didaktische Inhalte in Bezug auf Sport mit chronisch kranken Kindern und Jugendlichen werden in Theorie und Praxis vermittelt. Dabei stehen Themen wie Diabetes, Mukoviszidose und Adipositas im Vordergrund.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Verletzungen und Notfallsituationen im Herzsport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2245	17.-18.09.22 Moosburg	17.07.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Im Rehasport passieren extrem wenig Zwischen- oder Unfälle. Trotzdem sollten alle Übungsleiter\*innen gut gewappnet sein. Im Lehrgang werden zunächst theoretisch die Grundlagen zur Versorgung von Wunden, Prellungen, Zerrungen sowie von Kreislaufproblemen, Blutzuckeränderungen, Krampfanfällen erklärt und in der Praxis auch am Menschen geübt. Dazu werden Hinweise auf ein sinnvoll zusammengestelltes „Erste Hilfe-Set“ gegeben. Ein Auffrischen der Reanimationskenntnisse erfolgt ebenfalls in Theorie und Praxis.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Lungensport – immer gut bei Puste

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2246	02.-03.12.22 Online	02.10.22	8	BVS-/DBS-Mitglieder 55,- Nichtmitglieder 85,-

**Beschreibung:** Für Menschen mit chronischen Lungenerkrankungen wie Asthma oder COPD ist es wichtig, den Alltag aktiv zu gestalten. Dabei helfen körperliche Aktivitäten, wie z. B. regelmäßiges Trainieren in einer Lungensportgruppe. Inhalte des Lehrgangs sind unter anderem:

- Atmung bewusst machen und wahrnehmen
- Atemmuskulatur verbessern
- Körperliche Belastbarkeit steigern
- Entspannungstechniken erlernen
- Informationen zu Erkrankungen
- Exazerbationen reduzieren
- Notfallverhalten üben

**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Bewegungstherapie beim Parkinson-Syndrom (PS): Von traditionellen bis modernen Therapieformen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2247	16.-17.07.22 Erlangen	16.05.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 110,- Nichtmitglieder 170,-

**Beschreibung:** Motivation und gezielte Bewegungsformen – das sind wesentliche Komponenten, um dem Fortschreiten der Erkrankung nicht-medikamentös entgegenzuwirken. Teilnehmer\*innen sollen nach dem Lehrgang:

- Die wesentlichen Motor-Symptome des PS kennengelernt haben
- Geeignete Methoden zur Bewegungstherapie sicher anwenden können
- Den Betroffenen zielgerichtete Aufgaben stellen können
- Verstanden haben, welche Rolle(n) der\*die Übungsleiter\*in dabei einnimmt
- Die nötigen Kenntnisse erworben haben, um den Betroffenen zu mehr Lebensqualität zu verhelfen

**Zielgruppe:** Neurologie

E-Learning

# Fortbildungen – Bayern

Körperliche Aktivität und Demenz – Tipps und Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2248	19.-20.11.22 Nürnberg	19.09.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 150,- Nichtmitglieder 180,-

**Beschreibung:** Die Fortbildung hat zum Ziel, den Teilnehmer\*innen Rüstzeug mitzugeben, um vorhandene Bewegungsangebote auch auf die Bedürfnisse älterer Menschen mit leichten kognitiven Einschränkungen und bei beginnender Demenz abzustimmen. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Landesverband Bayern e.V. statt.

**Zielgruppe:** Neurologie

Spiele und Bewegungsformen im Sport für Menschen mit geistiger Behinderung mit der Anpassung auf die unterschiedlichen Ansprüche der Sportler*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F-2249	25.-26.06.22 Abensberg	25.04.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 175,- Nichtmitglieder 250,-
BAY-B-F-2250	03.-04.12.22 Abensberg	03.10.22	15	BVS-/DBS-Mitglieder 175,- Nichtmitglieder 250,-

**Beschreibung:** Spielerische sowie trainingsorientierte Übungsinhalte und Übungsformen im Sport werden mit der entsprechenden methodischen Aufbereitung für Menschen mit geistiger Behinderung vorgestellt und gemeinsam ausprobiert.

**Zielgruppe:** Geistige Behinderung

**Besonderheiten:** Teilnahmegebühr mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung



Foto: Picture Alliance

# Fortbildungen – Berlin



**Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e.V.**  
 Hanns-Braun-Str./Kursistenflügel  
 14053 Berlin  
 Telefon: 030-30833870  
 Fax: 030-308338720  
 E-mail: [info@bsberlin.de](mailto:info@bsberlin.de)  
 Internet: [www.bsberlin.de](http://www.bsberlin.de)

AGB/Teilnahmebedingungen  
Anmeldung

**Online: Sport in der Krebsnachsorge (1a)**

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F1	15.01.22 Online	05.01.22	4	24,-

**Beschreibung:** Den Teilnehmer\*innen werden zunächst Medizinische Grundlagen vermittelt. Darauf aufbauend geht es um die aktuelle Forschungslage: Sport und Krebs, um Sportpädagogische Grundlagen, sowie Kontraindikationen, Inhalte von Bewegungsprogrammen und die Stundenverlaufsplanung. Die standardisierte Veranstaltung folgt der Gesamtkonzeption: Rehabilitationssport für (ehemalige) Krebsbetroffene des DBS.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion. 10 Uhr – 14 Uhr  
 Modul des Zertifikats: Sport in der Krebsnachsorge (Teil 1a)

**Online: Überblick im Bereich Innere Erkrankungen**

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F2	18.01.22 Online	04.01.22	4	24,-

**Beschreibung:** Auffrischung der wichtigsten Krankheitsbilder (KHK, Lunge, Diabetes), Vermittlung von neuen Erkenntnissen in Diagnostik und Therapie, Austausch.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

**Online: Bewegungsförderung für ältere und hochaltrige Menschen**

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F3	19.01.22 Online	03.01.22	4	24,-
B-22-F31	01.06.22 Online	04.05.22	4	24,-
B-22-F51	16.11.22 Online	19.10.22	4	24,-

**Beschreibung:** Eine gezielte Bewegungsförderung, von mindestens 150 Minuten sportlicher Aktivität in der Woche, ist für alle Altersbereiche von besonderer Relevanz. Insbesondere für die Zielgruppe älterer und hochaltriger Menschen sollten diese Vorgaben hinsichtlich des Entgegenwirkens physischer, psychischer und kognitiver Einschränkungen sowie der sozialen Isolation erfüllt werden. Diese interessante Fortbildung zeigt sowohl altersbedingte Erkrankungen und deren Folgen sowie evaluierte Bewegungsempfehlungen und weitere Erfahrungsberichte für die Zielgruppe älterer und hochaltriger Menschen auf. Zur Festigung der Inhalt werden praktische Bewegungsübungen gemeinsam erprobt und umgesetzt.  
**Zielgruppe:** Sonstige  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

# Fortbildungen – Berlin

Online: Sport bei Demenz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F4	26.01.22 Online	03.01.22	4	24,-
B-22-F32	08.06.22 Online	11.05.22	4	24,-
B-22-F55	23.11.22 Online	26.10.22	4	24,-

**Beschreibung:** Die Fortbildung Sport bei Demenz thematisiert neurologische Erkrankungen und insbesondere die einzelnen Erkrankungsbilder von Demenz. Allgemein werden die Differenzierungsformen sowie der Umgang mit der Erkrankung vermittelt. Im spezifischen werden die Folgen von Bewegungsmangel und deren negativen Auswirkungen auf die physischen, psychischen, kognitiven und sozialen Aspekte der Gesundheit bei Menschen mit Demenz dargelegt. Für diese Zielgruppe werden gezielte Bewegungsempfehlungen ausgesprochen und praktisch erprobt.

**Zielgruppe:** Neurologie

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Return to normal life – Rehasport mit/nach Long-COVID Syndrom				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F5	29.01.22 Online	03.01.22	5	30,-
B-22-F11	05.03.22 Online	04.02.22	5	30,-
B-22-F14	26.03.22 Online	25.02.22	5	30,-

**Beschreibung:** Im Seminar stellt der Dozent den aktuellen wissenschaftlichen Stand als Ausgangspunkt da. Körperliche Bewegung und Training kann auf den Genesungsprozess einen positiven Einfluss haben und zur Sicherung der Aktivitäten des täglichen Lebens dienen. Wie kann der Rehasport hier wirken? Praxisbeispiele zu: Atmung/Lunge, Krafttraining, Ausdauertraining und Entspannung, Gruppen- und Forenarbeit

**Zielgruppe:** Innere Medizin, Orthopädie

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Orthopädie Klassik: HWS – BWS – Hüfte/Knie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F6	12.02.22 Online	14.01.22	5	30,-

**Beschreibung:** Aus welchen Sequenzen (Aufwärmen, Koordination und Gleichgewicht, funktionelle Kräftigungsgymnastik, funktionelle Dehngymnastik und Entspannung) kann ich meine Kursstunde strukturieren? Häufigste Krankheitsbilder und Risikofaktoren. Thema: Zeitsouveränität und Ortsungebundenheit (Online- Kurse). Mit Gruppen- und Forenarbeit.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Workshop Orthopädie – Schulterdegeneration				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F7	15.02.22 Online	18.01.22	4	24,-

**Beschreibung:** Ziel ist es, die Anatomie und Physiologie des Schultergelenks zu verstehen, sowie degenerative Erkrankungen des Schultergelenks und deren Bedeutung für den Rehabilitationssport aufzuzeigen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



# Fortbildungen – Berlin



Online: Wasserangebote für den Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F8	18.02.22 Online	28.01.22	4	24,-
B-22-F54	18.11.22 Online	21.10.22	4	24,-

**Beschreibung:** Ziel ist es, die Möglichkeiten des Elementes Wasser für den Rehabilitationssport aufzuzeigen. Es werden Ideen für die Wassergymnastik dargestellt und auch psychomotorische Wege für den Umgang mit Teilnehmer\*innen im Wasser aufgezeigt.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie, sog. Geistige Behinderung

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



Online: Sport in der Krebsnachsorge (1b)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F9	19.02.22 Online	19.01.22	3	18,-

**Beschreibung:** In dem Seminar werden spezielle Themenfelder der Krebsnachsorge behandelt. Kurzwiederholung der Veranstaltung Sport in der Krebsnachsorge 1a. Sie erlernen die Erarbeitung von Stundenverlaufsplänen und Trainingsplanung. Die standardisierte Veranstaltung folgt der Gesamtkonzeption: Rehabilitationssport für (ehemalige) Krebsbetroffene des DBS.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion. 10 Uhr bis 13 Uhr  
Modul des Zertifikats: Sport in der Krebsnachsorge (Teil 1b)



Online: Kollegialer Austausch zur Umsetzung der Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F10	23.02.22 Online	26.01.22	4	24,-
B-22-F46	17.10.22 Online	19.09.22	4	24,-

**Beschreibung:** Was gelingt, was gelingt nicht? Angesprochen sind Übungsleiterinnen im Rehabilitationssport, die bereits Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins in ihren Gruppen umsetzen. Der Abend gibt Gelegenheit Erfahrungen auszutauschen, auftretende Konflikte zu reflektieren und Gelungenes miteinander zu teilen. Das Ganze wird zunächst in einem digitalen Format stattfinden und ihr seid herzlich eingeladen!

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Umgang mit Konflikten: Mediation & Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F12	19.-20.03.22 Berlin	18.02.22	16	96,-

**Beschreibung:** Mediation als konstruktives Verfahren der Konfliktlösung bedeutet wörtlich übersetzt „Vermittlung“. Ziel ist es, Interessen, Bedürfnisse und Gefühle von Konfliktparteien wahrzunehmen, Probleme zu erkennen, und Konflikte zu klären, um eine für alle Parteien einvernehmliche Lösung zu erzielen. Praktische Erprobung im Kontext Sport, bei dem z.B. Fußball, Basketball oder Handball als Trainingsfeld für die Umsetzung kreativer Möglichkeiten der Konfliktlösung dienen kann.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen

# Fortbildungen – Berlin

Rücken entzücken – Ganzheitliche Rückenschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F13	26.-27.3.22 Berlin	25.02.22	16	96,-
B-22-F42	01.-02.10.22 Berlin	02.09.22	16	96,-

**Beschreibung:** Woher kommt das Kreuz mit dem Kreuz? Was kann ich meinem Rücken Gutes tun? Wir befassen uns mit Aufbau und Funktion der Wirbelsäule, rückergerechtem Alltagsverhalten und stärken sanft die Rückenmuskulatur. Am Rücken zeigen sich oft nur die oberflächlichen Symptome, die eigentlichen Ursachen unserer Rückenleiden sind, uns oft nicht bewusst. Daher rücken wir auch den psycho-somatischen Ursachen auf den Leib!

**Zielgruppe:** Orthopädie

Prüfer*innen-Lehrgang DSA für MmB – Ausbildung zur Prüflizenz Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung (Theorie)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F15	29.03.22 Online	01.03.22	4	15,-
B-22-F34	30.08.22 Online	02.08.22	4	15,-

**Beschreibung:** Diese Veranstaltung umfasst den Theoriepart der Ausbildung zum\* zur Prüfer\*in: Grundlagen der Prüfung des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderungen, Information über Behinderungsklassen, Handhabung der Beeinträchtigungen, leichtathletische Disziplinen und Formalitäten. Dieser Lehrgang kann auch als einzelne Fortbildung zur Auffrischung des Wissens genutzt werden.

Um eine Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung zu erlangen, muss auch der Praxisanteil der Ausbildung absolviert werden. Dieser findet in Berlin statt und umfasst ebenfalls 4 LE.

**Zielgruppe:** Interessierte am Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung, Prüfer\*innen

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Um die Lizenz (nach Abschluss des Theorie- und Praxisanteils) zu erlangen ist der Besitz der Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen ohne Behinderung verpflichtend.

Prüfer*innen-Lehrgang DSA für MmB – Ausbildung zur Prüflizenz Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung (Praxis)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F18	02.04.22 Berlin	01.03.22	4	15,-
B-22-F35	03.09.22 Berlin	02.08.22	4	15,-

**Beschreibung:** Diese Veranstaltung umfasst den Praxispart der Ausbildung zum\* zur Prüfer\*in. Hierbei steht die Selbsterfahrung und Erprobung verschiedener behinderungsspezifischer Übungen im Vordergrund. Dieser Lehrgang kann auch als einzelne Fortbildung zur Auffrischung des Wissens genutzt werden.

Um eine Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung zu erlangen, muss auch der Theorieanteil der Ausbildung absolviert werden. Dieser findet Online statt und umfasst ebenfalls 4 LE.

**Zielgruppe:** Interessierte am Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung, Prüfer\*innen

**Besonderheiten:** Um die Lizenz (nach Abschluss des Theorie- und Praxisanteils) zu erlangen ist der Besitz der Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen ohne Behinderung verpflichtend.



# Fortbildungen – Berlin

## Prüfer\*innen-Lehrgang DSA für MmB – Ausbildung zur Prüflizenz Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung (Theorie & Praxis)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F25	21.05.22 Berlin	22.04.22	8	30,-

**Beschreibung:** Diese Veranstaltung umfasst den Theorie- und Praxispart der Ausbildung zum\* zur Prüfer\*in: Grundlagen der Prüfung des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderungen, Information über Behinderungsklassen, Handhabung der Beeinträchtigungen, leichtathletische Disziplinen und Formalitäten. Es steht die Selbsterfahrung und Erprobung verschiedener behinderungsspezifischer Übungen im Praxispart im Vordergrund.  
**Zielgruppe:** Interessierte am Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung, Prüfer\*innen  
**Besonderheiten:** Um die Lizenz zu erlangen ist der Besitz der Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen ohne Behinderung verpflichtend.

## Sport in der Krebsnachsorge

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F16	05.-30.4.22 Berlin	06.03.22	30	N.N.

**Beschreibung:** MODUL 1 - Theoriemodul 15 LE  
 Di, 05.04.22, 18:00-20:15 Uhr (3 LE) online  
 Do, 07.04.22, 18:00-20:15 Uhr (3 LE) online  
 Sa, 09.04.22, 9:00-17:00 Uhr (9 LE) Präsenz

MODUL 2 - Praxismodul 15 LE  
 Do, 28.04.22, 18:00-21:00 Uhr (4 LE) Präsenz  
 Fr, 29.04.22, 18:00-20:15 Uhr (3 LE) Präsenz  
 Sa, 30.04.22, 9:00-16:00 Uhr (8 LE) Präsenz

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

**Besonderheiten:** Kooperationsprojekt mit dem LSB Berlin. Zertifikat: Sport in der Krebsnachsorge. Die standardisierte Veranstaltung folgt der Gesamtkonzeption: Rehabilitationssport für (ehemalige) Krebsbetroffene des DBS. Anmeldungen unter: [shorturl.at/tuH49](https://shorturl.at/tuH49)

## Online: Lungensport bei Asthma, COPD und Long-COVID-Syndrom

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F17	30.04.22 Online	01.04.22	4	24,-

**Beschreibung:** Mit welchen Mitteln erreiche ich bei meinen Kursteilnehmer\*innen eine gleichmäßige Lungenbelüftung, einen verbesserten Gasaustausch, eine Verringerung der Atemnot und eine Verbesserung der Atemmuskelfunktion? Wie trainiere ich körperliche Leistungsfähigkeiten? Fragen die in dieser Fortbildung beantwortet werden sollen. Gruppen- und Forenarbeit

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



# Fortbildungen – Berlin

Stress lass nach – Als Übungsleiter*in entspannt durch den Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F19	02.-03.04.22 Berlin	04.03.22	16	96,-

**Beschreibung:** Hauptstadttrubel, Existenztängste, herausfordernde Reha-Sport-Teilnehmer\*innen. Wie bekomme ich das alles unter einen Hut, ohne selbst auf der Strecke zu bleiben? Freuen Sie sich auf ein entspanntes Wochenende mit spannenden Themen: Gesunder Umgang mit Stress. Atementspannung, Persönlichkeitsentwicklung. Wertschätzende Kommunikation.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen

Online: Neurologie Workshop				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F20	26.04.22 Online	29.03.22	4	24,-

**Beschreibung:** Theorieworkshop. Auffrischung und Vertiefung neurologischer Krankheitsbilder.  
**Zielgruppe:** Neurologie  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Funktionelle Gymnastik – Refresher				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F21	25.02.22 Online	25.01.22	4	24,-
B-22-F45	11.11.22 Online	11.10.22	4	24,-

**Beschreibung:** Der Themenblock „funktionelle Gymnastik“ ist grundlegend für eine zielgruppenspezifische Umsetzung von verschiedenen Inhalten des Rehabilitationssports. Gemeinsam werden theoretische Grundlagen besprochen und vielfältige praktische Beispiele erprobt.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Inklusion – „Das geht gemeinsam in Deutschland“				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F22	28.04.22 Online	31.03.22	4	24,-

**Beschreibung:** Inklusion ist ein großes Ziel in unserem gesellschaftlichen Leben. Die Vorstellung von ausgewählten Best-Practice-Modellen bietet einen Einblick in erfolgreiche Beispiele in Deutschland. Vorgestellt und erörtert werden die vielfältigen Möglichkeiten und Chancen, inklusive Angebote auf den Weg zu bringen.  
**Zielgruppe:** Interessierte  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: Gruppendynamik in Sportgruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F23	N.N. Online	N.N.	4	24,-

**Beschreibung:** Eine Gruppe ist mehr als die Summe ihrer Teile - so wird häufig die gruppendynamische Perspektive gekennzeichnet. Ziel des Workshop ist es zu verstehen, was unter diesem „mehr“ verstanden werden kann, wie es zu beobachten, zu benennen und in der Anleitung von Gruppen handzuhaben ist.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



# Fortbildungen – Berlin

## Online: Workshop Orthopädie – Wirbelsäulenerkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F24	11.05.22 Online	11.04.22	4	24,-

**Beschreibung:** Ziel ist es, die Anatomie und Physiologie der Wirbelsäule zu verstehen, sowie Erkrankungen der Wirbelsäule und deren Bedeutung für den Rehabilitationssport aufzuzeigen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



## Online: "Aquavielfalt" im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F26	26.04.22 Online	31.03.22	4	24,-

**Beschreibung:** Das Element Wasser bietet für den Rehabilitationssport vielfältige Möglichkeiten. Schwimmen, Wassergymnastik, kleine Spiele und vieles mehr ist möglich. In einem kollegialen Austausch werden Praxiserfahrungen und praxisorientierte Möglichkeiten und Perspektiven online vorgestellt und diskutiert.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



## Inklusive Ausbildung zum\*zur Sportassistent\*in

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F27	N.N. Berlin	N.N.	32	20,-

**Beschreibung:** Die Sportassistent\*innen-Ausbildung richtet sich an Menschen mit und ohne Lernschwierigkeiten ab 14 Jahren und älter. Ziel der Ausbildung ist es den Teilnehmer\*innen Kenntnisse über Sport, Sportunterricht und Sicherheit zu vermitteln. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Interesse am Sport und an der Ausbildung. Nach Abschluss der Sportassistent\*innen-Ausbildung sind die Teilnehmer\*innen Sportassistent\*in im Verein und unterstützen aktiv beim Training. Damit wird ein Beitrag zur Inklusion im Sportverein geleistet.  
**Zielgruppe:** Personen, die mindestens 14 Jahre alt sind. Insbesondere geeignet für Menschen, die nicht so gut lernen können.

## Online: Sport mit Alltagsmaterialien

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F28	05.10.22 Online	07.09.22	4	24,-

**Beschreibung:** Unser Alltag bietet eine Vielzahl von „Sportgeräten“. Zeitungen, Becher, Tempotaschentuch-Packungen und vieles mehr. Vorgestellt und erörtert werden die vielfältigen Möglichkeiten, wie diese Materialien in unseren Angeboten genutzt werden können.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie, Innere Medizin  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



## Gedächtnistraining mal anders – Sitz und Bewegungstänze für Senioren

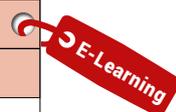
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F29	03.09.22 Berlin	04.08.22	4	24,-

**Beschreibung:** Von Line Dance, Square Dance, Paar- und Kreistänzen zu Choreografie und Sitztänzen - Seniorentänze sind vielfältig und passen in keine Schublade, Ideen, Tipps und Tricks, Musiktheorie.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen

# Fortbildungen – Berlin

Online: Einfache Tänze im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F30	04.09.22 Online	04.08.22	8	48,-

**Beschreibung:** Ziel dieses Online-Seminars ist es, die Anatomie des Kniegelenks zu wiederholen, Kreuzbandrisse als Verletzungsbild zu beschreiben, sowie deren Diagnose und Therapiemöglichkeiten aufzuzeigen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie



Return to normal life – Rehasport mit/nach Long-COVID Syndrom				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F33	27.08.22 Berlin	29.07.22	8	48,-

**Beschreibung:** Präsenzveranstaltung als Vertiefung zum Online-Seminar am Anfang des Jahres. Aktueller wissenschaftlicher Stand. Wie kann der Rehasport aktiv in den Genesungsprozess eingreifen? Atmung/Lunge, Krafttraining, Ausdauertraining und Entspannung. Erarbeitung von Stundensequenzen  
**Zielgruppe:** Innere Medizin, Orthopädie

Online: Rehasport bei Parkinson				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F36	06.09.22 Online	09.08.22	4	24,-

**Beschreibung:** Ziel dieses Webinars ist es, das Krankheitsbild Parkinson zu beschreiben, sowie Ziele und Methoden für den Rehabilitationssport zu definieren.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



Orthopädie Klassik: HWS – BWS – Hüfte/Knie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F37	10.09.22 Berlin	12.08.22	8	48,-

**Beschreibung:** Präsenzveranstaltung als Vertiefung zum Online-Seminar vom 12.03.22. Aus welchen Sequenzen (Aufwärmen, Koordination und Gleichgewicht, funktionelle Kräftigungsgymnastik, funktionelle Dehngymnastik und Entspannung) kann ich meine Kursstunde strukturieren? Krankheitsbilder und Risikofaktoren. Erarbeitung von Stundenbildern bei homogenen- oder Sequenzen bei heterogenen Gruppen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

Entspannung für Körper, Geist und Seele				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F38	10.-11.09.22 Berlin	12.08.22	16	96,-

**Beschreibung:** Wir alle wünschen uns gelassen, entspannt und glücklich durchs Leben zu gehen. Wie kann das gelingen? Und welche Entspannungsmethoden eignen sich besonders für die Rehasportstunde? Freuen Sie sich auf ein entspanntes Wochenende gefüllt mit Meditation, Atemübungen, sanften Kräftigungsübungen, PMR, Naturbaden und Enneagramm.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen



# Fortbildungen – Berlin

Fachtag - Sport inklusiv. Einfach mal machen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F39	17.09.22 Berlin	19.08.22	8	50,- / Anmeldung über den LSB
<p><b>Beschreibung:</b> Nach dem Fachtag haben Sie Rüstzeug gesammelt, um in Ihrem Verein inklusive Angebote umzusetzen und dadurch mehr Vereinsmitglieder zu gewinnen. Sie sind sensibilisiert im Umgang mit Menschen mit Behinderung und wissen, wie Sie einen niedrigschwelligen Zugang zu Sportangeboten bieten können. Kooperationsveranstaltung Berliner Fachverbänden und dem Projekt Mission Inklusion.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Interessierte, Übungsleiter*innen, Lehrer*innen</p>				



Online: Rehasport bei PAVK und Long-COVID-Syndrom der Gefäße für Anfänger				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F40	24.09.22 Online	26.08.22	4	24,-
<p><b>Beschreibung:</b> Theoretische Grundlagen. Wie hängen sportliche Aktivität und ein positives Bewegungsverhalten zusammen? Einsatz von moderatem, aeroben Training (HerzKreislauf-Training). Krafttraining, Intensitäten und Kontraindikationen. Praktische Beispiele. Gruppen- und Forenarbeit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Bewegung Lernen Sprache				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F41	N.N. Berlin	N.N.	8	48,-
<p><b>Beschreibung:</b> Angesichtes der elementaren Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung soll in diesem Workshop das lernförderliche Potenzial von Bewegung gemeinsam erarbeitet werden. Die Inhalte liefern spielerisch einen Einblick in die Themen Bewegung und Lernen sowie Bewegung und Sprache. Praktische Spielideen für unterschiedliche Altersgruppen, Erfahrungen und Erlebnisse aus der eigenen Arbeit vertiefen das Verständnis für die Zusammenhänge und wie diese in einer Gruppenanleitung gezielt umgesetzt werden können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Lehrer*innen</p>				



Online: Ganganalyse und Gangschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F43	05.10.22 Online	07.09.22	4	24,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieses Online-Seminars ist, die Phasen des Gehens zu beschreiben und diese in Bezug auf ein physiologisches Gangbild zu analysieren.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Wahrnehmung und Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F47	N.N. Berlin	N.N.	8	48,-
<p><b>Beschreibung:</b> Vertiefende Einblicke in die Grundlagen der neurophysiologischen Voraussetzungen für Bewegung, insbesondere den Aspekt der Wahrnehmungsverarbeitung. Praktische Spielideen, eigene Erfahrungen und Erlebnisse intensivieren das Thema Wahrnehmung und deren Bedeutung in der Anleitung von Bewegungs- und Rehabilitationssportgruppen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p>				

# Fortbildungen – Berlin

Sport von Menschen mit und ohne geistige Behinderung/ Lernschwierigkeiten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F48	N.N. Berlin	N.N.	8	48,-
<p><b>Beschreibung:</b> Theorie und Praxis  <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Lehrer*innen  <b>Besonderheiten:</b> Kooperationsveranstaltung mit dem LSB Berlin und SOD.</p>				
Sport in der Krebsnachsorge (Praxis, 1c)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F49	12.11.22 Berlin	15.10.22	8	48,-
<p><b>Beschreibung:</b> Den Teilnehmer*innen werden in der Veranstaltung praktische Kenntnisse zu folgenden Inhalten vermittelt: Ausdauer, Kraft, Koordination, Flexibilität, Funktionelle Gymnastik, Beckenboden-training, Wahrnehmung und Entspannung, sensomotorisches Training und Bewegungsspiele. Die standardisierte Veranstaltung folgt der Gesamtkonzeption: Rehabilitationssport für (ehemalige) Krebsbetroffene des DBS.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin  <b>Besonderheiten:</b> Modul des Zertifikats: Sport in der Krebsnachsorge (Teil 1c)</p>				
Online: Kreuzbandrisse Diagnose und Therapie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F50	15.11.22 Online	19.10.22	4	24,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieses Online-Seminars ist es, die Anatomie des Kniegelenks zu wiederholen, Kreuzbandrisse als Verletzungsbild zu beschreiben, sowie deren Diagnose und Therapiemöglichkeiten aufzuzeigen.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				
Burnout-Prävention – Resilienztraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F52	19.-20.11.22 Berlin	21.10.22	16	96,-
<p><b>Beschreibung:</b> Sport und Bewegung wirkt, das belegen Studien, vorbeugend gegenüber Depression bzw. Burnout. Besprochen werden grundlegende Aspekte der psychischen Belastung und Beanspruchung, sowie Ursachen, Symptome und Merkmale von Burnout. Praktische Übungen zeigen, wie Stress und emotionalen Erschöpfungszuständen entgegengewirkt werden kann, um ein „Ausbrennen“ zu vermeiden.  <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p>				
Gesundheitspaket im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F53	19.-20.11.22 Berlin	21.10.22	16	96,-
<p><b>Beschreibung:</b> Förderung, Erweiterung und Vertiefung von Handlungskompetenzen hinsichtlich der Rehabilitationsziele, Venenfitness, auf die „Verpackung“ kommt es an, Bewegungsangebote im Gehen, Stehen und Sitzen, Notfallmanagement.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

# Fortbildungen – Berlin

Attraktives Koordinations- und Gehirntraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F56	26.-27.11.22 Berlin	28.10.22	16	96,-
<p><b>Beschreibung:</b> Erweiterung/ Vertiefung der Fähigkeiten und Kenntnisse, Handlungskompetenzen der ÜL, Kombinationsmöglichkeiten, hinsichtlich des Themas, Koordinationstraining mit und ohne Kleingeräte, sportpraktische Inhalte aus den Profilen, Austausch über neurologische Begleiterkrankungen, Notfallmanagement in den drei Profilen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie</p>				

Mentaltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F57	10.-11.12.22 Berlin	11.11.22	16	96,-
<p><b>Beschreibung:</b> Im Spitzensport spielt die mentale Ausrichtung eine wichtige Rolle. Spiele bzw. Wettkämpfe werden vor allem „im Kopf“ gewonnen. Unabhängig davon auf welchem Niveau trainiert wird, ist ein konstruktives Herangehen an Aufgabenstellungen wichtig, um z.B. mit Ängsten oder psychologischen Tiefs bzw. mit Stress umzugehen. In diesem Seminar sollen Prinzipien und Strategien aus dem Mentaltraining gezeigt werden, die auch im Rehabereich eine Bedeutung haben und angewendet werden sollten, gerade wenn es darum geht als Übungsleiter*in mit gestressten, ängstlichen oder auch übermotivierten Teilnehmer*innen umzugehen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p>				

Online: Inklusion im und durch Sport. Was ist damit gemeint und wie können wir es umsetzen?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F80	15.01.22 Online	05.01.22	4	24,-
B-22-F88	03.12.22 Online	07.11.22	4	24,-
<p><b>Beschreibung:</b> Dieser Theorie-Workshop soll eine Vertiefung zum Begriff Inklusion bieten. Was bedeutet Inklusion? Wo findet Ausgrenzung im Sport statt? Was ist der Unterschied zu Integration? Und welche Chancen und Grenzen bietet Inklusion im und durch Sport? Wir wollen aber auch Anregungen für die Umsetzung geben und in den Erfahrungsaustausch mit Euch kommen.</p> <p>Inhalte: Begriffsklärung Inklusion, Vielfaltsdimensionen, 3 Ebenen der Inklusion, Soziales Model von Behinderung</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Online: Konstruktiv kommunizieren Teil 1				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F81	10.02.22 Online	13.01.22	5	30,-
<p><b>Beschreibung:</b> Teamarbeit von Übungsleiter*innen erfordert klare Absprachen und die gemeinsame Reflexion des Gruppengeschehens, um inklusive Sportgruppen erfolgreich zu gestalten. Darf ich das pädagogische Handeln meiner Kolleg*innen hinterfragen? Wie spreche ich Schwierigkeiten in der Zusammenarbeit an? Wie schaffe ich es, Kritik an meinem Handeln aufzunehmen?</p> <p>Besteht eine Kultur gegenseitigen konstruktiven Feedbacks, können Übungsleiter*innen-Teams die genannten Herausforderungen erfolgreich bewältigen. Feedback kann entlasten, die Zufriedenheit erhöhen und sich positiv auf das Klima und die Qualität der Sportangebote auswirken - also lasst uns offen miteinander reden!</p> <p>Ziele: Grundlagen und Strategien gelingender Kommunikation erlernen, Anwendung und Ausprobieren der vermittelten Kenntnisse anhand von Fallbeispielen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

# Fortbildungen – Berlin

Online: Impulse für den Umgang mit herausforderndem Verhalten – im Kontext Sport- und Bewegungsangebote				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F82	05.03.22 Online	07.02.22	6	36,-
<p><b>Beschreibung:</b> In diesem Seminar wollen wir einen ressourcenorientierenden und wertschätzenden Standpunkt einnehmen und die Ursachen von auffälligem und weniger auffälligem Verhalten beleuchten. Wir werden reflektieren, was pädagogische Systeme leisten können. Und wir wollen pädagogische Ansätze und Interventionsmethoden zusammentragen, die geeignet sind, um auf unterschiedliches Sozialverhalten konstruktiv einzugehen.</p> <p>Inhalte: theoretischer Einstieg zum Themenkomplex „herausforderndes Verhalten“, systemische Herangehensweise, inklusive und wertschätzende Haltung, praktische Tipps im Umgang mit „herausforderndem Verhalten“, päd. Interventionsmethoden</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Lehrer*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				



Online: Kollegiale Fallberatung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F83	29.03.22 Online	01.03.22	4	24,-
B-22-F86	11.10.22 Online	13.09.22	4	24,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Inhalt dieser Veranstaltung ist ausgerichtet an den Fallbeispielen und Handlungsproblemen aus dem Sportalltag der Teilnehmenden.</p> <p>Die Methoden kollegialer Fallberatung ermöglichen uns, anhand konkreter Fallbeispiele aus Eurer Praxis, neue Impulse für den Umgang mit herausfordernden Situationen zu erhalten. Im durch die Moderatoren strukturierten Austausch werden die sportpädagogischen Kompetenzen und Praxiserfahrungen der Teilnehmenden für die Entwicklung neuer Handlungsideen genutzt. Ziel kollegialer Fallberatung ist die Vergrößerung der Handlungsspielräume in unserem sportpraktischen Arbeitsalltag.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				



Der Rollstuhl als inklusives Sportgerät				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F84	14.05.22 Berlin	14.04.22	6	36,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung soll euch zu einem professionellen Umgang mit dem Rollstuhl als Sportgerät befähigen. Auf der Grundlage von eigenen Bewegungserfahrungen im Rollstuhl wird es darum gehen, wie wir Rollstuhlfahrer*innen in einer heterogenen Gruppe einbinden können. Ihr erlernt Fahrtechniken und wie man sie vermitteln kann (Methodik &amp; Didaktik). Wir werden Barrieren überwinden, verschiedene kleine Spiele testen und die Sportart Wheel Soccer ausprobieren.</p> <p>Inhalte: Rollstuhlfahrtechniken, Überwindung von Barrieren, Abwandlung und Anpassung von Kleinen Spielen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Interessierte</p>				



# Fortbildungen – Berlin

## Online: Sport und Autismus. Barrieren denen Autist\*innen gegenüber stehen

E-Learning

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F85	10.09.22 Online	12.08.22	6	36,-

**Beschreibung:** In diesem Seminar gehen wir der Frage nach, wie wir Sport und Bewegung organisieren müssen, damit Autist\*innen teilhaben können? Welche Barrieren gibt es für Autist\*innen im Sport? Und, ist es möglich, inklusiven Sport zu organisieren, bei denen sich Nichtautist\*innen und Autist\*innen gemeinsam bewegen? Ziel des Seminars ist es, Ideen für die Anpassungen unserer Sportangebote zu entwickeln.

**Inhalte:** Sensibilisierung für Unterschiedlichkeit/ Diversität, integrative vs. exkludierende Gruppenprozesse, Barrieren für Autist\*innen, Abwandlung und Anpassungen von Rahmenbedingungen im Sport für Autist\*innen, Netzwerke und Ansprechpartner\*innen für Inklusion

**Zielgruppe:** Interessierte

## Online: Konstruktiv kommunizieren Teil 2

E-Learning

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-22-F87	15.11.22 Online	18.10.22	5	30,-

**Beschreibung:** Weiterführung der Themen von Teil 1

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen

**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.



Foto: Picture Alliance

# Fortbildungen – Brandenburg



Behinderten- und Rehabilitationssportverband Brandenburg e.V.  
 Dresdener Straße 18  
 03050 Cottbus  
 Telefon: 0355-48646326  
 Fax: 0355-48646329  
 E-Mail: [thomel@bsbrandenburg.de](mailto:thomel@bsbrandenburg.de)  
 Internet: [www.bsbrandenburg.de](http://www.bsbrandenburg.de)

## AGB/Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

BR

#### Notfalltraining für Übungsleiter\*innen / Reanimation

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB01-22	22.01.22 Hoppegarten	15.12.21	9	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-

**Beschreibung:** Neben allgemein gültigen Inhalten wird in der Fortbildung speziell auf die Erfordernisse für Übungsleiter\*innen in ihrer Arbeit mit Übungsgruppen eingegangen. Früherkennung von kritischen Erkrankungen mit Erstmaßnahmen bei internistischen Problemen im Reha-Sport.  
 In vielen praktischen Übungen kann der\*die Teilnehmer\*in realitätsbezogen seine\*ihre Kenntnisse und Fähigkeiten erweitern.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

#### Aufbau einer rehabilitativen Bewegungsfolge für das Heimtraining der Teilnehmer\*innen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB02-22	26.-27.02.22 Hoppegarten	26.01.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Es werden übergreifend verschiedene Sportarten praktisch demonstriert, Wirkungen selbst erfahren und der Zusammenhang zum Alltag hergestellt; Übungsfolgen zum Verringern der Sturzanfälligkeit, zur Förderung der Koordination und individuellen Motivation.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** hoher Praxisanteil

#### Tai Chi / Qigong

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB03-22	19.-20.03.22 Herzberg	19.02.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB13-22	03.-04.09.22 Herzberg	03.08.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB22-22	19.-20.11.22 Herzberg	19.10.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Sie erlernen von einem Tai Chi-Meister die einfachen Bewegungsformen des Tai Chi und Qigong, Vermittlung von Zusammenhängen bei ausgewählten Beschwerdebildern.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Das Kursprogramm erhalten Sie als Handout mit vielen Übungen zum Verinnerlichen.

#### Hatha Yoga

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB04-22	19.-20.03.22 Brandenburg	19.02.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB17-22	22.-23.10.22 Brandenburg	22.09.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Der Kurs umfasst 15 LE. Sie erlernen die einfachen Bewegungsformen des Hatha-Yoga in Theorie und Praxis. Zudem erfolgt eine Vermittlung von Zusammenhängen bei ausgewählten Beschwerdebildern und Möglichkeiten der Atem- und Entspannungsmethoden aus dem Yoga.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Brandenburg

Refresher Herzsport und Innere Medizin				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB05-22	26.-27.03.22 Brandenburg	26.02.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB18-22	22.-23.10.22 Brandenburg	22.09.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Der Kurs umfasst 15 LE. Im theoretischen Teil frischen Sie Ihre Kenntnisse im Bereich der wichtigsten Erkrankungen KHK, Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen und typische operative und medikamentöse Behandlungen auf. In der Praxis werden neue Impulse in Übungen und Spielen sowie Kraft-, Ausdauertraining, Gleichgewichts- und Koordinationstraining und Entspannung mit Yoga und Stretching aufgezeigt.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** eigene Pulsuhr, wenn vorhanden

Aufrichtung der Wirbelsäule nach der Dr. Tanja Kühn Methode Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB06-22	02.-03.04.22 Schwarzheide	02.03.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB14-22	10.-11.09.22 Schwarzheide	10.08.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Ziel ist es, die Einsatzmöglichkeiten von Faszientraining in den Rehabilitationsgruppen aufzuzeigen. Grundkenntnisse in Anatomie und Physiologie, Indikation/Kontraindikation, Übungen zur Aufrichtung und Entlastung der Wirbelsäule aus der Brustwirbelsäulenkyphose heraus. Übungen bei Schmerzen in LWS, Schulter und Nacken.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie

**Besonderheiten:** Das Kursprogramm erhalten Sie als Handout mit vielen Übungen zum Verinnerlichen.

post morbum COVID-19				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB07-22	02.-03.04.22 Brandenburg	02.03.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB19-22	22.-23.10.22 Brandenburg	22.09.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Der Kurs umfasst 15 LE. Sie erhalten aktuelle Informationen in Theorie über den Erreger, Übertragungswege, Symptomatiken und deren Krankheitsverläufe, Manifestationen mit Komplikationen und Langzeitfolgen. In Theorie und Praxis werden Trainingsziele im Bereich Herz- Kreislauftraining, Koordination und Ausdauer, Kräftigung, Atemtherapie mit Körperpositionierung zu Erleichterung der Atmung sowie Übungen zur Nachbehandlung aufgezeigt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Sport bei Gelenkerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB08-22	07.-08.05.22 Herzberg	07.04.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Kennenlernen und Verstehen der anatomisch, funktionellen Merkmale der großen Gelenke (Knie, Hüfte, Schulter). Ausgehend von der gesundheitlichen Situation der Teilnehmer\*innen lernen Sie, Übungsinhalte zu erarbeiten.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Sport nach Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB09-22	14.-15.05.22 Rüdersdorf	14.04.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Theorie und Praxis von Kraftausdauer in verschiedenen Sportarten, Wassergymnastik und Tai Chi

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

**Besonderheiten:** max. 12 Teilnehmer\*innen; Bitte Schwimmbekleidung mitbringen.

# Fortbildungen – Brandenburg

BR

## Fremde Bewegungslehren – Autogenes Training / PMR / Yoga / Aikido / Karate

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB10-22	11.-12.06.22 Hoppegarten	11.05.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Es werden Möglichkeiten und Grenzen, Mythen und wissenschaftlich anerkannte Ergebnisse praktisch und theoretisch erörtert. Teilnehmer\*innen sollen lernen, die geübten Möglichkeiten im konkreten Alltags-Stress nutzen zu können.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** max. 12 Teilnehmer\*innen

## Kinder Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB11-22	17.-18.06.22 Frankfurt/Oder	17.05.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Einblick in die Besonderheiten zur Planung und Durchführung von Rehasportangeboten für Kinder. Motorische/psychologische Entwicklung der Kinder. Übungsauswahl in der Trocken- sowie Wassergymnastik

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Übungsleiter\*innen in Kindersportgruppen

**Besonderheiten:** Bitte Schwimmbekleidung mitbringen

## Bogenschießen im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB12-22	18.-19.06.22 Neuruppin	18.05.22	15	BSB 130,- / DBS 150,- / Sonstige 170,-

**Beschreibung:** Grundlegende Bewegungsformen, Methodische Aspekte der Gruppenspezifik, Einsatz von Bogenschießen bei ausgewählten Krankheitsbildern.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Körperwahrnehmung und Entspannung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB15-22	16.-17.09.22 Frankfurt/Oder	16.08.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Erlernen verschiedener Techniken zum Stressabbau. Neben Qigong und Yoga (für Senior\*innen) erhalten Sie Einblick in eine stressreduzierende Ernährung.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Für mehr Gelassenheit im Alltag erhalten Sie ein Handout mit vielen Übungen zum Verinnerlichen.

## Atmung / Ausdauer / Einsatz von Messtechniken

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB16-22	24.-25.09.22 Hoppegarten	24.08.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Einführung in die Aufgaben der Atmung für geistige und körperliche Aktivitäten; ein spezielles Ausdauertraining und Kontrolle der individuellen Entwicklung durch Einsatz von Messtechniken.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** hoher Praxisanteil



# Fortbildungen – Brandenburg

Tanz im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB20-22	05.-06.11.22 Cottbus	05.10.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB23-22	26.-27.11.22 Cottbus	26.10.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Möglichkeit der tänzerischen Erwärmung, Gruppen- und Paaraufstellung, Tanzschritte und Bewegung nach Musik, Bewegung und Haltung beim Tanz, Entspannung durch langsamen Tanz  
**Zielgruppe:** profilübergreifend

Herz-Kreislauf und Kraftausdauer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB21-22	12.-13.11.22 Rüdersdorf	12.10.22	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Beschreibung:** Theorie und Praxis in Nordic Walking, Wassergymnastik, Ergometer als Trainingssteuerung.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin  
**Besonderheiten:** Bitte Schwimmbekleidung mitbringen. Max. 15 Teilnehmer\*innen



Foto: Harald Will

# Fortbildungen – Bremen



**Behinderten Sportverband Bremen e.V.**

Heinstraße 25-27

28213 Bremen

Telefon: 0421-2778445

Fax: 0421-9606090

E-Mail: [anmeldung@behindertensport-bremen.de](mailto:anmeldung@behindertensport-bremen.de)

Internet: [www.behindertensport-bremen.de](http://www.behindertensport-bremen.de)

Behinderten Sportverband Bremen e.V.

AGB/Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Post-COVID-Syndrom im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-001	22.01.22 Bremen	20.12.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> In Deutschland gelten rund 90 Prozent der COVID-19- Patient*innen als genesen. Die bisherigen Erfahrungen zeigen jedoch, dass auch nach Abklingen der Akutbeschwerden einer COVID-19-Erkrankung, die Funktion verschiedener Organe beeinträchtigt sein kann. Ziel dieser Fortbildung ist es, unsere Übungsleitungen auf die kommende Herausforderung im Rehasport vorzubereiten. Vorgestellt und erarbeitet werden Informationen zum Krankheitsbild und praktische Tipps zur Umsetzung im Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Post-COVID-Syndrom</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				
Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-002	11.-12.02.22 Bremen	14.01.22	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-
<p><b>Beschreibung:</b> Faszien – der aktuelle Hit im Sport. Die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe), sowie die Grundprinzipien nach Dr. Robert Schleip und die Myofasziale Meridiane nach Thomas Myers werden in Theorie und Praxis vermittelt. Erlernt, erarbeitet und ausprobiert werden Übungen für die praktische Umsetzung in Rehasportgruppen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				
„Bleib am Ball“ – Der Einsatz von verschiedenen Bällen in der inneren Medizin				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-003	11.-12.03.22 Bremen	11.02.22	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-
<p><b>Beschreibung:</b> Verschiedene Bälle sind immer wieder gern eingesetzte Materialien im Rehasport. Vorgestellt und erarbeitet werden verschiedenste Einsatzmöglichkeiten und viele Ideen, unterschiedlichste Bälle im Rehasport zu integrieren.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

BRE



# Fortbildungen – Bremen

Funktionelle Gymnastik mit Alltagsmaterialien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-004	25.03.22 Bremen	25.02.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Integration von Alltagsmaterialien in den Rehasport bietet eine Möglichkeit der interessanten und abwechslungsreichen Gestaltung. Vorgestellt und erarbeitet werden viele Ideen, wie Alltagsmaterialien in der funktionellen Gymnastik sinnvoll eingesetzt werden können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

Wirbelsäulengymnastik mit Pepp				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-005	26.03.22 Bremen	25.02.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es, Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich gestalten zu können, um die Teilnehmenden zur langfristigen Teilnahme zu motivieren. Vorgestellt und erarbeitet werden Inhalte für eine facettenreiche Wirbelsäulengymnastik.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

„Für den Alltag – aus dem Alltag“ Alltagstraining in der Lungensportgruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-006	02.04.22 Bremen	04.03.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es, den Teilnehmenden von Lungensportgruppen durch verschiedenste Inhalte den Alltag zu erleichtern. Vorgestellt und erarbeitet werden unterschiedlichste Inhalte aus dem Alltag und für den Alltag der Betroffenen unter Einbezug von verschiedenen Atemtechniken.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

Sturzprophylaxe in der Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-007	07.05.22 Bremen	08.04.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es, den Teilnehmenden der neurologischen Rehasportgruppen Sicherheit im Alltag zu vermitteln. Vorgestellt und erarbeitet werden Inhalte zur Sturzprophylaxe mit verschiedensten Alltagsmaterialien.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

Schulter und HWS im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-008	01.07.22 Bremen	03.06.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Viele Menschen leiden heutzutage unter Problemen im Schulter- und HWS-Bereich. Vorstellung und Erarbeitung von kreativen Übungen mit den Schwerpunkten Mobilisation, Beweglichkeit, Dehnfähigkeit und Entspannung unter Einbindung von Alltagsmaterialien und Kleinstgeräten sind Inhalt dieser Fortbildung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				

# Fortbildungen – Bremen

ISG-Syndrom in Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-009	02.07.22 Bremen	03.06.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Durch eine praxisnahe Verarbeitung von verschiedenen Übungen kann in den Bereichen Mobilität und Kräftigung ein dem Krankheitsbild angepasster Kurs erarbeitet werden. Auch Dehnübungen sind ein Teil davon. Zusätzlich erfahren Sie wertvolle Tipps zur sportlichen Handhabung der Krankheit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				
Beweglichkeitstraining für den Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-010	03.09.22 Bremen	05.08.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Bei vielen Teilnehmenden im Rehasport ist die Beweglichkeit eingeschränkt. Dadurch entsteht eine erhöhte Unfallgefahr im Alltag. In dieser Fortbildung wird der Zusammenhang des Beweglichkeitstrainings und einem sicheren Alltag vorgestellt. Erarbeitet und durchgeführt werden praktische Inhalte zur Umsetzung des Beweglichkeitstrainings im Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				
„Für den Alltag – aus dem Alltag“ Alltagstraining in der Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-011	15.10.22 Bremen	16.09.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es, den Teilnehmenden von neurologischen Rehasportgruppen durch verschiedenste Inhalte den Alltag zu erleichtern. Vorgestellt und erarbeitet werden unterschiedlichste Inhalte aus dem Alltag und für den Alltag der Betroffenen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				
Sitzhocker – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2022-F-012	26.11.22 Bremen	28.10.22	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-
<p><b>Beschreibung:</b> Durch unterschiedliche Faszienübungen, sowie Schulter- und Nackenübungen im Sitzen, bekommen Sie einen praxisorientierten Einblick in die Möglichkeiten des Sitzsportes. Ergänzend werden auch gezielte Kraft- und Dehnübungen aufgezeigt. In Verbindung mit der sinnvollen Einbindung der Musik werden kleine Tanzchoreographien entwickelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inkl. Mittagessen, ohne Übernachtung</p>				



# Fortbildungen – Hamburg



**Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.**  
 Schäferkampsallee 1  
 20357 Hamburg  
 Telefon: 040-41908155 oder 040-41908157  
 Fax: 040-41908158  
 E-Mail: [mail@brs-hamburg.de](mailto:mail@brs-hamburg.de)  
 Internet: [www.brs-hamburg.de](http://www.brs-hamburg.de)

AGB/Teilnahmebedingungen

Anmeldung



## Online-Fortbildung – Rehasport nach COVID-19

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2201	29.-30.01.22 Online	21.12.21	15	BRS 64.- / andere Verbände 120.-

**Beschreibung:** In dieser Online-Fortbildung werden zum einen wesentliche Grundlagen einer COVID-19 Erkrankung behandelt. Des Weiteren werden wichtige Inhalte zur Bedeutung des Sports im Zusammenhang mit dem Post-COVID-Syndrom vermittelt, und es wird beleuchtet, worauf nach einer COVID-19 Erkrankung bei der Wiederaufnahme sportlicher Aktivität zu achten ist.

Weiterhin werden verschiedene, geeignete Praxisübungen zur körperlichen Regeneration, zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des Allgemeinzustands in Theorie und Praxis vorgestellt.

**Zielgruppe:** Innere Medizin, Orthopädie, Interessierte

**Besonderheiten:** Online-Veranstaltung, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

## Innere Medizin – Herz-Kreislaufkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2202	10.-11.09.22 Hamburg	10.08.22	15	BRS 64.- / andere Verbände 120.-

**Beschreibung:** Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Innere Medizin“ schwerpunktmäßig aus dem Gebiet Herz-Kreislaufkrankungen, in Theorie und Praxis, ggf. Erfahrungsaustausch.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Ideen für den Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2203	17.-18.09.22 Hamburg	17.08.22	15	BRS 55.- / andere Verbände 103.-

**Beschreibung:** Verschiedene, für den Rehasport geeignete Bewegungsmöglichkeiten werden in Theorie und Praxis vorgestellt, z. B. Intervalltraining für Reha-Sportler, Integration von Alltagsbewegungen in eine Reha-Sportstunde, Nutzung von Zusatzgeräten, Rückentraining von traditionell zu modern, Sturzprophylaxe, u. a.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

## Innere Medizin – Sport mit Atemwegserkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2204	05.11.-06.11.22 Hamburg	05.10.22	15	BRS 64.- / andere Verbände 120.-

**Beschreibung:** Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Innere Medizin“, in Theorie und Praxis, schwerpunktmäßig aus dem Gebiet „Sport mit Atemwegserkrankungen“.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

# Fortbildungen – Hamburg

Vertiefungswochenende: Orthopädie – speziell Gelenke, Muskeln, Faszien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2205	12.-13.11.22 Hamburg	12.10.22	15	BRSH 64.- / andere Verbände 120.-
<p><b>Beschreibung:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Orthopädie“, in Theorie und Praxis, jedoch wird der Schwerpunkt vermehrt auf das Thema „Gelenke, Muskeln, Faszien“ und auf den Erfahrungsaustausch unter den Übungsleiter*innen gelegt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Orthopädie – Sport in der Krebsnachsorge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2206	19.-20.11.22 Hamburg	20.10.22	15	BRSH 64.- / andere Verbände 120.-
<p><b>Beschreibung:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Sport in der Krebsnachsorge“ in Theorie und Praxis, ggf. Erfahrungsaustausch.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Interessierte</p>				

HH



Foto: Kai Peters



# Fortbildungen – Hessen



**Hessischer Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband e.V.**

Esperantostr. 3

36037 Fulda

Telefon: 0661-869769-0

Fax: 0661-869769-29

E-Mail: [lehre@hbrs.de](mailto:lehre@hbrs.de)

Internet: [www.hbrs.de](http://www.hbrs.de)

## AGB/Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Hockergymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F01	17.01.22 Fulda	02.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Das Rad wird nicht neu erfunden, jedoch ist der Hocker nicht nur zum Sitzen da. Hier sollen Ideen rund um das Medium Hocker/Stuhl gesammelt und vermittelt werden. Von Koordination bis zur Haltungsschule soll ein Austausch stattfinden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt. Die Fortbildung kann auch online durchgeführt werden.</p>				

Auf geht's zu einem dynamischen Alltag bei Diabetiker*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F02	22.01.22 Frankfurt am Main	02.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Welche Faktoren können die Umsetzung eines bewegten Alltags bei Diabetiker*innen beeinflussen? Nach einer kurzen Vorstellung der Faktoren, werden gemeinsam Modelle entwickelt, wie Diabetiker*innen bei der Umsetzung von mehr Bewegung im Alltag am besten durch Übungsleiter*innen unterstützt werden können. Es werden bewegungsfördernde sowie -hemmende Faktoren betrachtet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Unterstützende Pflegeinformationen für Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F03	24.01.22 Fulda	09.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Welcher*m Übungsleiter*in im Behinderten- und Rehasport ist noch nicht in die Situation gekommen, welche Unterstützung ein*e Teilnehmer*in, während (sowie davor oder danach) des Angebots benötigt verbunden mit der Fragestellung, wie ich begleiten kann oder darf. Der Referent gibt dazu umfangreiche Tipps, Hinweise und Informationen aus erster Hand.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Fachreferenten durchgeführt.</p>				

Go's und No Go's im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F04	31.01.22 Fulda	16.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wie verhalte ich mich als Übungsleiter*in in/vor einer Gruppe. Was gibt es zu bedenken? Habe ich rein rechtliche Verpflichtungen im Rehasport? Und wann sollen die Teilnehmer*innen unterschreiben? Das kann ich doch auch in der dreiviertel Stunde machen...oder?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

# Fortbildungen – Hessen

Atem und Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F05	06.02.22 Ober-Beerbach	23.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Atem und Bewegung gehören untrennbar zusammen, reagieren unmittelbar aufeinander und beeinflussen sich gegenseitig. In diesem Lehrgang soll der Zusammenhang von Atem und Bewegung erfahrbar werden. Die Theorie erläutert die Grundlagen der Atmung, die Praxis stellt die verschiedenen Aspekte von Atem und Bewegung in den Vordergrund.

Ziel des Lehrgangs ist es, ein differenzierteres Wissen über den Zusammenhang von Atem und Bewegung zu vermitteln.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt.

Einsatz von Functional Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F06	19.02.22 Bad Vilbel	30.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Die Teilnehmer\*innen lernen die Besonderheiten des Functional Trainings kennen, was diese Trainingsform ausmacht, wie sie sich gezielt einsetzen lässt und wie man die Belastungen steuert. Außerdem wird in Theorie und Praxis vermittelt, welchen Einfluss das Training auf die Rumpfstabilität hat und wie sich Klein- und Handgeräte in der Trainingsform einsetzen lassen.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einem Fachreferenten durchgeführt. Referent ist Rollstuhlfahrer.

Die Lymphe: Wächter über Gesundheit und Vitalität – nach Franklin Methode				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F07	19.02.22 Wetzlar	30.01.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Wir können die „innere Reinigung“ fördern mit Hilfe von Bewegung, die das Fließen der Lymphe fördert und die Elastizität des Gewebes erhält. Imagination, die dem Lymphkreislauf mehr Energie mehr Richtung zur Verfügung stellt und die Gewebe zum Entschlacken motiviert. Reinigung und Fortbewegung hängen zusammen, stagniert die Fortbewegung sind die Lymphknoten überlastet, stagniert die Reinigung, so kommt unreine Lymphe in den Blutkreislauf.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

Physiologisches Sitzen – Positionierung im Rollstuhl				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F08	21.02.22 Fulda	06.02.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Voraussetzung für ein adäquates Training für und mit Rollstuhlfahrer\*innen ist eine stabile, ergonomische und physiologisch förderliche Sitzpositionierung. Dabei spielt die richtige Positionierung des Beckens als Dreh- und Angelpunkt sowie Position und Stellung der Füße, Knie und Lendenwirbelsäule eine maßgebliche Rolle. Übungsleiter\*innen und Therapeut\*innen werden Mittel und Informationen in Theorie und Praxis vermittelt, um ihre Teilnehmer\*innen künftig bei der Erlangung der bestmöglichen Voraussetzungen für zielführende sportliche und therapeutische Maßnahmen zu begleiten.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einem Fachreferenten durchgeführt.



# Fortbildungen – Hessen

Kommunikation und Achtsamkeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F09	24.02.22 Fulda	06.02.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Das klassische Vier-Ohren-Modell gekoppelt mit der GfK (gewaltfreien Kommunikation) nach Marshall B. Rosenberg. Achtsam kommunizieren in einer Rehasportgruppe, nicht immer einfach. Anhand verschiedener Beispiele und Situationen soll auf die Schwierigkeiten der Kommunikation hingewiesen und nach Lösungen gesucht werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Stress, Burnout und Co. und ihre Auswirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F10	28.04.22 Willingshausen-Zella	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
H-22F11	29.04.22 Willingshausen-Zella	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wir werden die theoretischen Unterschiede zwischen Stress und Burnout erfahren und welche inneren Antreiber uns das Leben schwer machen. Was ist der Alpha-Zustand und welche Auswege gibt es, um durch Bewegung ein Mehr an Resilienz zu bekommen. Darüber hinaus werden die körperlichen Auswirkungen auf das Herz- und Kreislaufsystem thematisiert und wie mit Bewegung und veränderter Ernährung ein positiver Einfluss auf das Herz-Kreislaufsystem bei Stress erreicht werden kann. Es fließen neue Erkenntnisse aus der Stressforschung ein.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von zwei Fachreferierenden durchgeführt.</p>				

Beckenboden				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F12	05.03.22 Riedstadt	13.02.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wunderwerk Beckenboden, er hat Einfluss auf unser Wohlempfinden, Körperhaltung, Kontinenz und viele weitere. Wir schauen uns Aufbau und Lage dieser spannenden Muskelgruppe an und wie wir ihn fit halten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Resilienz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F13	06.03.22 Riedstadt	20.02.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Resilienz beschäftigt sich mit der psychischen Widerstandskraft Lebenssituationen erfolgreich und glücklich zu meistern. In diesem Lehrgang gibt es viele Tipps und Tricks wie wir uns von innen heraus stärken und Widerstandskräfte aufbauen können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Sport und Bewegung bei Adipositas				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F14	10.03.22 Fulda	20.02.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Adipositas begegnet uns in jeder Rehasportgruppe. Mit rund einem Viertel der Deutschen, die als adipös gelten, sind neben der Ernährung die sportliche Aktivität von großem Belangen, dem entgegen zu wirken. Doch wie soll dies funktionieren? Sitzend, stehend, liegend? Ansätze aus der Therapie sollen Ideen für die praktische Umsetzung im Rehasport liefern.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

# Fortbildungen – Hessen

Mobilitätstraining in zwei Teilen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F15	12.03. & 14.05.22 Ronneburg	20.02.22	16	HBRS 120,- / DBS 170,- / Sonstige 240,-
<p><b>Beschreibung:</b> Übungsleiter*innen, Therapeut*innen und Pädagog*innen erlernen durch Selbsterfahrung, welche Möglichkeiten Hilfsmittel wie z. B. ein Rollstuhl, Rollator etc. ihren Teilnehmer*innen erst die Teilnahme am Sportangebot ermöglichen und wie diese zu nutzen sind. Neben den praxisorientierten Themen, die sich auch an alltäglichen Erfordernissen orientieren, gibt es umfangreiche Informationen dazu wie z. B. Hinweise bzgl. der Hilfestellungen und Begleitung durch den/die Übungsleiter*innen, Therapeut*innen und Pädagog*innen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von zwei Fachreferenten durchgeführt. Fortbildung findet an zwei Tagen statt und baut aufeinander auf. BITTE DIE ZWEI TERMINE BEACHTEN!</p>				

Das Becken: funktionelle Zusammenhänge – nach Franklin Methode				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F16	20.03.22 Wetzlar	06.03.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Das Becken ist der Mittelpunkt des Körpers, das Stabilitätszentrum, dem alle Bewegung entspringt. Jede größere Bewegung im Raum erfordert eine Gewichtsverlagerung des Beckens. Aufgrund seiner im Vergleich zum übrigen Körper großen Masse führt eine Ausrichtung des Beckens zu beachtlichen Auswirkungen im ganzen Körper. Das Becken stellt ein Bindeglied zwischen den Beinen und der Wirbelsäule dar; es dämpft zu große Stöße von unten, bevor sie die empfindliche Wirbelsäule erreichen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Gemeinsame Tagung – Wirbelsäule und Becken, da gibt es viel zu entdecken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F17	02.04.22 Bad Nauheim	13.03.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Unsere "gemeinsamen Tagung" steht in diesem Jahr unter dem Deckmantel der Orthopädie. Nebst einer theoretischen Einführung in den Stützapparat geht es vor allem auch um praktische Umsetzungen und Möglichkeiten für den Rehabilitationssport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von mehreren Fachreferenten durchgeführt.</p>				

Körperwahrnehmung und Koordination				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F18	03.04.22 Frankfurt am Main	20.03.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Zusammenhang von Körperwahrnehmung und Koordination wird betrachtet. Im Mittelpunkt dieser Betrachtung wird der Zusammenhang auf neuronaler Ebene stehen. Ziel ist es aufzuzeigen, wie wir uns im Rehasport, bei der Verbesserung und dem Erhalt von koordinativen Fähigkeiten, diesen Zusammenhang zu Nutzen machen können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Spaß vermitteln im Rehasport – Die Kunst des Anleitens				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F19	06.04.22 Fulda	20.03.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Mit kleinen Kniffen wird aus einer guten Stunde eine richtig gute Stunde. Die Beziehungsebene der Teilnehmer*innen untereinander kann ich als Übungsleiter*in durch die Art meiner Anleitung beeinflussen. Und was bedeutet eigentlich Empathie?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				



# Fortbildungen – Hessen

## Entspannte Schultern, gelöster Nacken – nach Franklin Methode

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F20	30.04.22 Wetzlar	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Es ist immer ein Mix von Gründen für Schulter und Nacken Verspannungen. Die wichtigste Voraussetzung für den Erfolg sind die Eigenverantwortung und das Entwickeln unseres Körperbewusstseins. Die Wahrnehmung ist dabei unser Frühwarnsystem, wir spüren und korrigieren Probleme, bevor sie sich manifestieren.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

## Ausdauertraining

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F21	30.04.22 Ober-Beerbach	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Dieser Lehrgang beschäftigt sich mit allen Aspekten des Ausdauertrainings. Inhalte: Trainingsgrundlagen, Trainingseffekte und Belastungsdosierung bei chronischen und orthopädischen Erkrankungen und im Altersverlauf. Praktische Umsetzung verschiedener Ausdauerformen, variantenreiches und spielerisches Training der Ausdauer.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt.

## Faszien-Fitness

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F22	07.05.22 Bad Soden-Salmünster	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Die Anatomie der Faszien Struktur kennenlernen, so, dass der\*die Teilnehmer\*in Verständnis bekommt über die verschiedenen Arten die Faszien zu trainieren. Dies wird auch in Kleingruppen praktisch geübt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

## Fahrradfahren im Behindertensport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F23	07.05.22 Langgöns	10.04.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** In dieser Fortbildung soll das Fahrrad unter die Lupe genommen werden. Auf dem Weg mit dem Fahrrad gibt es immer wieder kleinere Pausen und Aktivierungen, die für viel Abwechslung sorgen.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird von einem Fachreferenten durchgeführt. Teilnahme NUR mit selbst mitgebrachtem Fahrrad möglich.

## Entspannungstechniken

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F24	19.05.22 Frankfurt am Main	01.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Entspannungstechniken helfen uns ruhig und entspannt zu bleiben, unser Immunsystem zu kräftigen und gelassen mit dem Leben umzugehen.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

# Fortbildungen – Hessen

Feel your own body				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F25	21.05.22 Bad Vilbel	01.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Den Teilnehmer*innen wird die Bedeutung von Körperwahrnehmung vermittelt. Sie lernen in Theorie und Praxis die Anwendung vom individuellen Körpergefühl für Koordinations-, Kraft-, Beweglichkeits- und Entspannungsübungen kennen.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Fachreferenten durchgeführt. Referent ist Rollstuhlfahrer.</p>				

Atmung leicht gemacht				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F26	23.05.22 Meinhard-Grebendorf	08.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Nicht nur Teilnehmer*innen müssen atmen. Diese Fortbildung soll den Übungsleiter*innen Ideen für ihren Alltag mitgeben, um eben diesen stressfrei zu meistern. Selbstverständlich können diese Ideen an die Rehasportler*innen weitergegeben werden.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Ernährung bei verschiedenen Krankheitsbildern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F27	24.05.22 Meinhard-Grebendorf	08.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wie sehr hängt die Ernährung mit verschiedenen Krankheitsbildern zusammen? In dieser Fortbildung sollen neben Selbsterfahrungen auch interessante Informationen zu Mikro- und Makronährstoffen und deren Auswirkungen auf diverse Krankheiten ausgetauscht werden.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Inklusive Mannschafts- und Geschicklichkeitsspiele für ALLE				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F28	11.06.22 Ronneburg	22.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ob In- oder Outdoor, ob Teilnehmer*innen mit kognitiven Reduktionen, körperlichen Handikaps oder von allem etwas oder auch nichts davon – wir treffen uns und treiben gemeinsam Sport. Wie einfach und ohne großen Aufwand solche Angebote aussehen und realisiert werden können, wird in Theorie und vor allem viel Praxisorientierung aufgezeigt bzw. ermöglicht. Das Angebot richtet sich an Übungsleiter*innen, Therapeut*innen und Pädagoginnen sowie an alle die an dem Thema ‚Breiten- und Freizeitsport‘ interessiert sind.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Fachreferenten durchgeführt.</p>				

Füße, unser bewegliches Fundament – nach Franklin Methode				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F29	11.06.22 Wetzlar	22.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Was bedeuten uns unsere Füße? Die tragen sprichwörtlich durchs Leben. Im Laufe eines Lebens müssen Füße so einiges (er)tragen: wir laufen in Durchschnitt etwa 180 000 Kilometer weit viereinhalb Mal über den Äquator und sind dabei dem zwei – bis zehnfachen Körpergewicht ausgesetzt! Wichtig zu wissen: Die spätere Rückengesundheit und Beweglichkeit eines Menschen ist stark abhängig von der Entwicklung der Füße, da sich die Fußgesundheit auf den gesamten Körper auswirkt.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				



# Fortbildungen – Hessen

Refresher Methodik/Didaktik, Vielfalt im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F30	12.06.22 Wetzlar	29.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Um als Übungsleitung optimal zu handeln, bedarf es einer gewissen methodischen Vielfalt. Wir alle geraten mit der Zeit in eine Betriebsblindheit. Diese soll mit der Fortbildung nochmal aufgebrochen werden, sodass der Tellerrand vielleicht doch vom Horizont links liegen gelassen wird.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Realisierung von In- und Outdoor Online-Freizeittagen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F31	20.06.22 Fulda	29.05.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Welche*r Übungsleiter*in war nicht schon damit konfrontiert, genügend Teilnehmer*innen beim regelmäßigen Trainingsangebot anzutreffen? Meist haben die Teilnehmer*innen große Wegstrecken bis zum gemeinsamen Trainingsort zurückzulegen. Corona-bedingt gibt es neuerdings eine zusätzliche Möglichkeit, neben dem Präsenzsport an einer zentralen Stelle in einer einfachen Mischform aus Online- und Indoor- bzw. Outdoorangebot dezentral gemeinsam Sport zu treiben. Wie das Angebot auch und gerade in seiner gesamten Vielfalt funktioniert, wird in diesem Kurs in Theorie und Praxis vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Fachreferenten durchgeführt.</p>				

Ausdauertraining – ein kleiner Refresher				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F32	27.06.22 Online	12.06.22	2	HBRS 15,- / DBS 25,- / Sonstige 30,-
<p><b>Beschreibung:</b> In dem Onlineseminar werden die verschiedenen Bereiche der Ausdauer (Kraftausdauer, Kurzzeit-, Mittelzeit- und Langzeitausdauer) im Kontext Rehasport erläutert und dargestellt. Für den Einsatz in der Praxis werden mehrere Formen des Ausdauertrainings für den Einsatz im Rehasport gezeigt und diskutiert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt. Fortbildung findet online statt</p>				

Einsatz von Functional Training im Rehasport – zwei Teile				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F33	06.07. & 13.07.22 Online	19.06.22	4	HBRS 30,- / DBS 45,- / Sonstige 60,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Teilnehmer*innen lernen die Besonderheiten des Functional Trainings kennen, was diese Trainingsform ausmacht, wie sie sich gezielt einsetzen lässt und wie man die Belastungen steuert. Außerdem wird theoretisch vermittelt, welchen Einfluss das Training auf die Rumpfstabilität hat</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Fachreferenten durchgeführt. Fortbildung findet an zwei Tagen zu je 2 Lerneinheiten online statt. BITTE DIE ZWEI TERMINE BEACHTEN!</p>				

Lungensport und Atemwegserkrankungen im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F34	07.07.22 Frankfurt am Main	19.06.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel ist es, spezifische Übungen für spezifische Lungenerkrankungen anwenden zu können, inbegriffen die Unterscheidung von Obstruktion und Restriktion.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

# Fortbildungen – Hessen

pAVK als Gefäßerkrankung im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F35	14.07.22 Frankfurt am Main	26.06.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel ist es, das klassische Gehtraining rehaugauglich zu gestalten, so dass die Anwendung auch mit Bewegungsfreude in der Rehasportgruppe ankommt. Des Weiteren ein Übungsrepertoire aus den Bereichen der Kraft und Koordination zu erlangen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				
Faszien und Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F36	10.09.22 Lautertal	21.08.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Trend des Faszientrainings hält nach wie vor an. Doch was genau sind Faszien, was ist ihre Aufgabe, brauche ich immer Equipment und wie kann das in den Rehasportstunden integriert werden? Diese Fragen werden wir in Theorie und Praxis beantworten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				
Yoga (Stuhlyoga)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F37	16.09.22 Frankfurt am Main	28.08.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Yoga ist eine indische Tradition, die sich über Jahrtausende entwickelt hat, wie wir heute noch davon profitieren können und wunderbar die einzelnen Elemente in unsere Kurse einbauen können, werden wir gemeinsam erarbeiten und kennenlernen, denn es sind nicht nur die körperlichen Aspekte, von denen wir profitieren können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				
Functional Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F38	17.09.22 Ober-Beerbach	28.08.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Beim Functional Training handelt es sich um eine strukturierte, ganzheitliche Trainingsform, in der Muskelketten aktiviert und natürliche Bewegungsmuster trainiert werden. Der Lehrgang stellt die Ziele und Besonderheiten dieses Trainingskonzeptes vor. Weitere Schwerpunkte bilden die Übertragbarkeit in den Rehasport, die zielgruppenorientierte Gestaltung, sowie der Einsatz von Kleingeräten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt.</p>				
Luft und Liebe im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F39	22.09.22 Online	04.09.22	4	HBRS 30,- / DBS 45,- / Sonstige 60,-
<p><b>Beschreibung:</b> In dem Onlineseminar werden Atemtechniken, im Zusammenspiel mit Achtsamkeit und Körperwahrnehmung unter Musikeinsatz und Gesang vermittelt. Die Schulung wird gezielt als Online Fortbildung angeboten, um jedem Teilnehmenden einen geschützten eigenen heimlichen Raum zu ermöglichen, sich selbst zu spüren, fühlen und vor allem hören zu können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt. Teilnahme ist NUR mit Laptop, PC oder Notebook UND externen Lautsprechern möglich. Fortbildung findet online statt.</p>				

H

E-Learning



# Fortbildungen – Hessen

## Die inneren Organe als Ansatz für Bewegung – nach Franklin Methode

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F40	01.10.22 Wetzlar	11.09.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Ziel ist es zum einen die Zusammenhänge zwischen Organen zu lernen und zu erkennen, sowie auch die Probleme der Wirbelsäule zu deuten und zu lernen. Die inneren Organe bilden eine Stütze für die Wirbelsäule sowie die Wirbelsäule eine wichtige Aufhängevorrichtung für viele Organe ist. Wir lernen verschiedene Methoden um den Tonus zwischen den Organen um mehr Balance zwischen den Organsäulen und der Wirbelsäule zu bekommen.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend  
**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

## Rehasport in der Krebsnachsorge: Übersicht über die aktuellen Empfehlungen zu körperlicher Aktivität mit (ehemaligen) Krebspatient\*innen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F41	04.10.22 Online	18.09.22	2	HBRS 15,- / DBS 25,- / Sonstige 30,-

**Beschreibung:** Im Bereich Sport und Bewegung in der Krebsnachsorge hat in den letzten Jahren ein Paradigmenwechsel stattgefunden. Sowohl die Zielrichtung der Bewegungsangebote als auch die Leitlinien zu Umfang und Intensität wurden aktualisiert und Änderungen entworfen. Inhalt des Online-Moduls ist eine theoretische Übersicht über die aktuellen Empfehlungen zu körperlicher Aktivität mit (ehemaligen) Krebspatient\*innen.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend  
**Besonderheiten:** Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt. Fortbildung findet online statt.

## Rehasport in der Krebsnachsorge – Fatigue

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F42	05.10.22 Online	18.09.22	2	HBRS 15,- / DBS 25,- / Sonstige 30,-

**Beschreibung:** Fatigue, eine dauerhafte und belastende Erschöpfung, stellt die häufigste Nebenwirkung bzw. Symptomatik während und nach einer Krebstherapie dar. Inhalte des Online-Moduls: Ursachen, Verlauf und Behandlung von Fatigue, Einfluss und Möglichkeiten des körperlichen Trainings zur Vorbeugung und Reduktion von Fatigue.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend  
**Besonderheiten:** Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt. Fortbildung findet online statt.

## Achtsam und gesund durchs Leben

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F43	09.10.22 Frankfurt am Main	25.09.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Achtsamkeit gewinnt in allen Lebenslagen, gerade in unserer schnelllebigen Zeit an großer Bedeutung, um langfristig die Balance halten zu können. Sich seine persönlichen Werte bewusst zu machen, Achtsamkeitsübungen kennenlernen, Soziale Netzwerke und Kommunikation spielen in Theorie und Praxis eine wesentliche Rolle.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend  
**Besonderheiten:** Wird von einem Fachreferenten durchgeführt.

## Rhythmus und Musik im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F44	20.10.22 Fulda	25.09.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Was ist die "große Eins"? Wie finde ich die passende Musik für meine Teilnehmer\*innen? Kann ich mit jeder Behinderungsform meiner Teilnehmer\*innen tanzen? und bedeutet Musik überhaupt tanzen? Hier sollen diese Fragen geklärt und Ideen bereitgestellt werden, mit denen Sie im Rehasport auf jeden Fall auf Ihre Kosten kommen.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend  
**Besonderheiten:** Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.

# Fortbildungen – Hessen

Sport und Bewegung bei Arthrose				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F45	21.10.22 Fulda	25.09.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Was gibt es zu beachten bei der Volkskrankheit Arthrose? Neben trainingswissenschaftlichen Ansätzen zum Umgang mit Arthrose-Erkrankten sollen auch methodische Elemente in die Bewegungsvielfalt integriert werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Prüfer*innen-Lehrgang DSA für MmB				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F46	22.10.22 Kassel	25.09.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel ist es, medizinisch-funktionelle und behindertenspezifische Grundlagen für die Vorbereitung und Abnahme zu vermitteln. Es werden die Behinderungsklassen (Theorie) dargestellt, die Handhabung der Prüfbedingungen und die praktische Umsetzung (Praxis) aufgezeigt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.</p>				

Knieschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F47	05.11.22 Bad Soden-Salmünster	16.10.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Knieschulstudie kennenlernen. Die in der Studie angewendeten Übungen in der Praxis in Kleingruppen üben, sodass der*die Teilnehmer*in das Gelernte in den eigenen Rehabilitationsgruppen einsetzen kann.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.</p>				

Multimorbidität im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F48	13.11.22 Ober-Beerbach	30.10.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Beschreibung:</b> Multimorbidität beschreibt das gleichzeitige Auftreten mehrerer chronischer Erkrankungen bei einer Person. Im Rehasport sehen sich Übungsleiter aufgrund der Zunahme an chronischen Erkrankungen zunehmend konfrontiert mit dieser Problematik.</p> <p>Inhalte des Lehrganges sind eine theoretische Einführung zu Multimorbidität und chronischen Erkrankungen. Der Praxisteil beschäftigt sich mit der teilnehmerzentrierten Gestaltung und Differenzierungsmöglichkeiten der Übungsstunden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt.</p>				

Rehasport in der Krebsnachsorge – Lymphödem				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F49	15.11.22 Online	30.10.22	2	HBRS 15,- / DBS 25,- / Sonstige 30,-
<p><b>Beschreibung:</b> Lymphödem können nach einer Lymphknotenentfernung oder durch eine Strahlentherapie entstehen, manchmal sogar noch Jahre nach einer Krebsbehandlung.</p> <p>Inhalte des Online-Moduls: Das Lymphsystem und seine Aufgaben, Entstehung von Lymphödem nach Krebserkrankungen, Behandlungsmöglichkeiten. Körperliches Training bei Lymphödem, Praxisbeispiele</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt. Fortbildung findet online statt.</p>				



# Fortbildungen – Hessen



## Rehasport in der Krebsnachsorge – Polyneuropathie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F50	16.11.22 Online	30.10.22	2	HBRS 15,- / DBS 25,- / Sonstige 30,-

**Beschreibung:** Etwa die Hälfte aller Krebserkrankten sind nach der Behandlung mit einer neurotoxischen Chemotherapie von einer Polyneuropathie betroffen. Die Nervenschädigungen treten meist an Händen und Füßen auf, sind mit Missempfinden und Schmerzen verbunden und können motorische Beeinträchtigungen nach sich ziehen.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Verbandsreferentin durchgeführt. Fortbildung findet online statt.

## Brain Fit

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F51	20.11.22 Riedstadt	06.11.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Wir können uns fit bis ins hohe Alter halten, indem wir unser Gehirn regelmäßig trainieren und es immer wieder anregen neue Verknüpfungen zu bilden, was wir in Theorie und Praxis in unserem Lehrgang machen werden.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einer Fachreferentin durchgeführt.

## Die Wirbelsäule systematisch betrachtet

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-22F52	24.11.22 Frankfurt am Main	06.11.22	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Beschreibung:** Rückenschmerzen haben in der Regel eine Häufung von möglichen Ursachen. Ziel ist es, verschiedene Ursachen von Rückenschmerzen kennenzulernen und als Übungsleitender speziell darauf eingehen zu können.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Wird von einem Verbandsreferenten durchgeführt.

# Fortbildungen – Mecklenburg-Vorpommern



**Verband für Behinderten- und Rehabilitationssport  
Mecklenburg-Vorpommern e.V.**

Kopernikusstraße 17a  
18057 Rostock

Telefon: 0381-80877051

Fax: 0381-721753

E-Mail: [kontakt@vbrs-mv.de](mailto:kontakt@vbrs-mv.de)

Internet: [www.vbrs-mv.de](http://www.vbrs-mv.de)

AGB/Teilnahmebedingungen

Anmeldung

## Dehnung, Beweglichkeit und Mobilisation – Grundlagen und Abgrenzungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-06-2022	19.-20.03.22 Rostock	07.03.22	15	35,- / 60,- Nichtmitglieder

**Beschreibung:** Allgemeine Informationen für den\*die Trainer\*in/Übungsleiter\*in im Sport.

Grundlagen der Dehnung

Praktische Übungen zur Beweglichkeitsverbesserung

Vorschläge unterschiedliche Strukturen zu mobilisieren

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Einblick in die Bewegungskünste (Tai Chi)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-07-2022	20.05.-21.05.22 Wismar	02.05.22	15	75,- / 90,- Nichtmitglieder

**Beschreibung:** Sportpraxis mit kleinen Bewegungsformen aus dem Tai Chi. Zielgruppenspezifischen Besonderheiten in Methodik und Didaktik für den Gruppengesundheitssport. Medizinische Aspekte aus der TCM.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Ganzheitlicher Ansatz

## Gezieltes Training mit neurologisch Betroffenen in Rehasportgruppen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-08-2022	18.-19.06.22 Schwerin	07.06.22	15	75,- / 90,- Nichtmitglieder

**Beschreibung:** Welche Handlungsempfehlungen beim Training ergeben sich für die Übungsleiter\*innen im Gruppengesundheitssport für Menschen mit verschiedensten neurologischen Erkrankungen und ihren individuellen Beeinträchtigungen. Praxisangebote für die Übungsleiter\*innen zum Thema Alltagstauglichkeit, Koordinations- und Anti-Sturztraining, Elastizitätsförderung sowie Kraft- und Ausdauertraining.

**Zielgruppe:** Neurologie

**Besonderheiten:** Fortbildungsreihe

## Innere Medizin – Schwerpunkt Herzerkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-09-2022	September 2022 Rostock	01.09.22	15	offen

**Beschreibung:** Fortbildungsveranstaltung des LVPR M-V e.V. zu verschiedenen Themen des Herzsportes. Gilt als Verlängerung der Übungsleiterlizenz Herzsport\*innere Medizin.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** Anmeldung nur über den LVPR M-V e.V.



# Fortbildungen – Mecklenburg-Vorpommern

Gruppengesundheitssport nach Krebserkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-10-2022	05.-06.11.22	17.10.22	15	75,- / 90,- Nichtmitglieder

**Beschreibung:** Vertiefende Inhalte aus dem Bereich der „Sport in der Krebsnachsorge“ in Theorie und Praxis. Der Einfluss von körperlicher Beweglichkeit auf die psychischen, sozialen und physischen Ressourcen der Gruppenteilnehmer\*innen, werden in praktischen Übungen dargestellt.  
**Zielgruppe:** Orthopädie\*innere Medizin  
**Besonderheiten:** Fortbildungsreihe

Tänzerische Elemente und Rhythmus im Gruppengesundheitssport – Bewegungstag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-B-11-2022	Juni 2022 Schwerin	Anfang Juni	8	35,- / 60,- Nichtmitglieder

**Beschreibung:** Bunter Bewegungstag mit rhythmischen und tänzerischen Bewegungsangeboten, im Rahmen des „Sportfestes der Vielfalt“ in Schwerin, für die Erweiterung der Übungsangebote der Übungsleiter in ihren Rehabilitationssportgruppen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Die Veranstaltung findet im Rahmen des „Sportfestes der Vielfalt“ statt.



Foto:Picture Alliance

# Fortbildungen – Niedersachsen



Behinderten Sportverband  
Niedersachsen

**Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.**  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover  
Telefon: 0511-12685104  
Fax: 0511-126845100  
E-Mail: [info@bsn-ev.de](mailto:info@bsn-ev.de)  
Internet: [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)

**AGB/Teilnahmebedingungen**  
**Anmeldung**

Innere Medizin: Mehr als nur Sitzen – Herz- und Alterssport mit Hocker und Pezziball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.200	21.-23.01.22 Hannover	15.12.21	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hocker und Pezziball können mehr, z. B. Verbessern von Beweglichkeit und Balance, Unterstützung der Kraftübungen, Differenzierungsmöglichkeiten bei wechselnder Tagesform, aber auch Einsatz als Spielgerät und bei Entspannungsübungen. <b>Leitung:</b> Maren Klostermann</p>				

Innere Medizin: Mehr als nur Sitzen – Herz- und Alterssport mit Hocker und Pezziball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.201	09.-11.12.22 Hannover	28.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hocker und Pezziball können mehr, z. B. Verbessern von Beweglichkeit und Balance, Unterstützung der Kraftübungen, Differenzierungsmöglichkeiten bei wechselnder Tagesform, aber auch Einsatz als Spielgerät und bei Entspannungsübungen. <b>Leitung:</b> Maren Klostermann</p>				

Innere Medizin: Leben und Sporttreiben mit einer Herzinsuffizienz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.202	03.09.22 Oldenburg	22.07.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In den letzten Jahren hat es für herzinsuffiziente Patient*innen eine Vielzahl technischer, medikamentöser, sporttherapeutischer Entwicklungen gegeben, durch und mit deren Einsatz die Lebensqualität der Erkrankten deutlich verbessert und in sehr vielen Fällen auch eine Lebensverlängerung ermöglicht werden kann. Es werden Herzunterstützungssysteme, medikamentöse Maßnahmen und die unterschiedlichsten Formen möglicher Bewegungs- bzw. Sporttherapie vorgestellt. Dabei kommt der aktive Anteil auch bei dieser Fortbildung nicht zu kurz. <b>Leitung:</b> Katharina Grünefeld</p>				

Innere Medizin: Begleiterkrankung in Herzgruppen – Diabetes mellitus				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.203	22.-23.01.22 Bad Fallingbostel	15.12.21	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinischer Aspekte zu Diabetes mellitus bei Herz-Kreislaufkrankung, Auswirkungen von Bewegung auf den Blutzuckerspiegel. Im Praxisteil liegen die Schwerpunkte auf: Variationen zum Koordinationstraining, Übungen zur Körperwahrnehmung, Variationen zum Ausdauertraining, Reanimationstraining <b>Leitung:</b> Leo Matheis</p>				



# Fortbildungen – Niedersachsen

## Core Training: Der bewegte Rücken – Stabilität und Mobilität

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.204	18.-20.02.22 Hannover	07.01.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Core-Training ist eine Trainingsform zur Verbesserung der Stabilität der Körpermitte. Neben der Stabilität hat aber auch die Mobilität einen wichtigen Anteil an einem gesunden Rücken. In der Theorie wird das Wissen um die Muskulatur der Körpermitte sowie deren Zusammenspiel vermittelt. In der Praxis erarbeiten wir uns komplexe Übungen, um ganze Muskelketten und die Tiefenmuskulatur zu beanspruchen.

**Leitung:** Maren Klostermann

## Faszientraining im Sport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.205	02.-04.12.22 Hannover	21.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das Interesse an Faszien, sowie das Wissen um ihre Funktion und ihr Einsatz im Sport, nimmt immer weiter zu. Durch gezielte Trainings- und Bewegungskonzepte können wir unsere Faszien in ihrer Funktionsfähigkeit positiv beeinflussen und somit unsere sportlichen Leistungen deutlich verbessern, wie auch das Verletzungsrisiko verringern. In meinem Workshop werde ich euch erklären was Faszien überhaupt sind, wie sie funktionieren und wofür wir sie im Training brauchen. Ich werde euch einfache Testungen zur Überprüfung eurer Faszienbeweglichkeit zeigen, die ihr anschließend durch das richtige Training positiv beeinflussen könnt. Der Effekt ist sofort sichtbar und für euch spürbar!

**Leitung:** Kristin Adler

## Aquafitness – Entspannung – Klangschalen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.206	25.-27.03.22 Bad Gandersheim	12.02.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Trainieren der Beanspruchungsformen, Wirkungen im Wasser, Programmerstellung, Einsatz von Musik, Klangschalen.

**Leitung:** Guiseppina Tricarico

## Ein- und Ausstiegshilfen, Retten, Abschleppen, Rettungsriffe, Wiederbelebung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.207	18.-20.11.22 Bad Gandersheim	07.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ein- und Ausstiegshilfen, Retten, Abschleppen, Rettungsriffe, Wiederbelebung.

**Leitung:** Guiseppina Tricarico

## Wasser – nicht nur zum Duschen und Trinken

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.208	24.-26.06.22 Nordhorn	13.05.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wirkungsweisen des Elements Wasser kennenlernen mit eingebauten Einschränkungen, wie zum Beispiel mit verbundenen Augen, Stöpsel in den Ohren u. a. Vermittelt werden unter anderem in eigener Erfahrung und Wahrnehmung die spezifischen Eigenschaften des Wassers in Kombination mit und ohne Kleingeräte, sowie Übungen im Flach- und Tiefwasser.

**Leitung:** Vera Borggreve

# Fortbildungen – Niedersachsen

## Die Beinachse und ihre Auswirkungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.209	10.09.22 Bispingen	22.07.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Zusammenhang zwischen Becken-Knie-Fußgelenk. Bein- und Fußstellungen und ihre Auswirkungen auf den Körper und die Haltung. Übungen zur Verbesserung der Beinachse und deren Ausrichtung im Rehabilitationssport.

**Leitung:** Vanessa Meyer

## Das Kniegelenk und das richtige Training

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.210	12.02.22 Bispingen	01.01.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Es werden die Erkrankungen des Kniegelenkes in Anatomie und Bewegungslehre besprochen. Welche Übungen sind sinnvoll bei welcher Knieerkrankung und warum. Wie kann ich diese Übungen in den Rehabilitationssport integrieren.

**Leitung:** Vanessa Meyer/Julia Eggers

## Faszien Flow Dance

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.211	08.-09.10.22 Hannover	26.08.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Erkenntnisse der Faszienforschung werden optimal in einem rhythmisch-dynamischen Art mit Musik in die Praxis umgesetzt: Wichtige Prinzipien des Faszientrainings wie „Fascial Stretch“, „Rebound Elasticity“ und „Sensory Refinement“ werden anschaulich erläutert und fließend in die Bewegungsabläufe integriert.

**Leitung:** Elisabeth Weißbach-Ruf

## Energy Dance Pur

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.212	02.-04.12.22 Hannover	21.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Bei diesem Seminar erlebst du ein innovatives und neuartiges Arbeiten mit Musik und Bewegung. Keine Schritte einüben, keine Takte zählen, keine Abfolgen im Kopf behalten. Es wird ein Einblick in das Konzept der Methode gewährt, exemplarisch ausprobiert und erfahren.

**Leitung:** Elisabeth Weißbach-Ruf

## Feldenkrais und Resilienz

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.213	06.-08.05.22 Sögel	25.03.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wir führen verschiedene Feldenkraislektionen durch, die aus schonenden und dennoch herausfordernden Bewegungsaufgaben bestehen. Im theoretischen Teil erarbeiten wir, was Resilienz bedeutet und wie die Feldenkraismethode unterstützen kann. Der Kurs ist für Teilnehmer\*innen jeden Alters geeignet. Es gibt keine besonderen Voraussetzungen.

**Leitung:** Cora Wulf



# Fortbildungen – Niedersachsen

Sportverletzungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.214	15.01.22 Wennigsen	01.12.21	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinische Aspekte zu den häufigsten und typischen Sportverletzungen und deren Auswirkungen auf den Körper, Schwerpunkte im Praxisteil: gezielte Übungen z. B. aus dem Bereich der Funktionellen Gymnastik, der Sensomotorik, dem Faszientraining und der Gangschulung mit und ohne Kleingeräte, 1-2 LE werden auch im Wasser ausgeführt</p> <p><b>Leitung:</b> Ina Wollmann</p>				

Wirbelsäulenschäden				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.215	19.03.22 Wennigsen	04.02.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinische Aspekte zu den häufigsten rheumatischen und nicht-rheumatischen Wirbelsäulenschäden und deren Auswirkungen auf den Körper, Schwerpunkte im Praxisteil: gezielte funktionelle Übungen zur Kräftigung und Stabilisierung der beteiligten Muskulatur, sensomotorische Übungen zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur, Unterstützung des Trainings mittels Faszientraining, 1-2 LE werden auch im Wasser ausgeführt</p> <p><b>Leitung:</b> Ina Wollmann</p>				

Sturzprophylaxe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.216	24.09.22 Wennigsen	12.08.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Theoretische Grundlagen zu Sturz und Sturzrisiken, Folgen von Stürzen, sportpraktische Inhalte: Training von Kraft, Multitasking und Gleichgewicht, Möglichkeiten der Einarbeitung in den Alltag.</p> <p><b>Leitung:</b> Ina Wollmann</p>				

Fit durch's Wasser: Unterrichtsgestaltung und Circuits				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.217	26.03.22 Wunstdorf	11.02.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bewegungen im Wasser können heilsam sein: Aspekte der Trainingsmethodik werden basierend auf den spezifischen Eigenschaften des Wassers erklärt und ausprobiert. Was ist ein Teaching Tree und wie wende ich ihn an? Am Beispiel des Zirkeltrainings im Wasser kann der Trainingseffekt Spaßfaktor deutlich erhöht werden. Praktische Erfahrungen und Tipps erweitern das eigene Potential für die Unterrichtsgestaltung im Wasser.</p> <p><b>Leitung:</b> Uta Langner</p>				

Wassergymnastik – Basiswissen auch für Nichtschwimmer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.218	12.11.22 Wunstdorf	02.10.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Besonders angesprochen werden hier Teilnehmer*innen, für die unterrichten im Wasser Neuland ist. Bewegungen im Wasser unterscheiden sich grundlegend von Bewegungen an Land. Vermittelt werden Grundlagen zu den spezifischen Eigenschaften des Wassers (hydrostatischer Druck, Widerstand usw.), deren Auswirkungen auf den Körper und verschiedene Bewegungen. Kräftigungs- und Mobilisationsübungen werden selbst erfahren, Differenzierungen und der unterschiedlich Materialeinsatz ein sind ein weiterer Schwerpunkt.</p> <p><b>Leitung:</b> Uta Langner</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

## Wassergymnastik – Functional und Aqua Jogging

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.219	25.06.22 Wunstdorf	13.05.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Basierend auf den spezifischen Eigenschaften des Wassers, werden verschiedene Elemente des funktionalen Trainings erläutert und praktisch umgesetzt. Aquajogging mit Auftriebsgürtel im Tiefwasser unterscheidet sich ganzheitlich vom funktionellen Training im Flachwasser. Koordination und Kondition werden ebenso thematisch angesprochen, wie der Aufbau der haltungsstabilisierenden Muskulatur, Mobilisation und ganzheitliche Entspannung.

**Leitung:** Uta Langner

## Fit durch Wasser – Stressresilienz durch Bewegungen im Wasser

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.220	03.09.22 Wunstdorf	22.07.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ihr erfahrt verschiedenste Übungsfolgen der Wassergymnastik und des Functional Trainings mit unterschiedlichen Möglichkeiten der Differenzierung und des Materialeinsatzes. Alle Bewegungen im Wasser werden mit Stressmanagement und Stressbewältigung in Zusammenhang gebracht und in der Praxis angewandt. Es gibt spannende Übungsbeispiele zur Stressbewältigung im Wasser.

**Leitung:** Uta Langner

## Tao Yin und Qigong

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.221	04.-06.02.22 Hannover	01.01.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Dieser Kurs vermittelt gesunderhaltende Übungen für den ganzen Körper, die ihren Ursprung in der Traditionellen Chinesischen Medizin haben. Es wird mit dem Qi (Energie) auf unterschiedliche Weise gearbeitet, um den freien Fluss im Körper zu fördern. Ziel hierbei ist es, die Fähigkeit zu verbessern, selbst für Gesundheit und Wohlbefinden zu sorgen. Angewendet werden die Übungen präventiv und/oder Therapie begleitend zur Gesundheitsbildung und -erhaltung, Entspannung, Stressreduktion sowie Schulung der Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit. Hierfür ist ein regelmäßiges Üben notwendig. Die Übungen können sowohl im Sitzen als auch Stehen ausgeübt werden.

**Leitung:** Mirja Broecker

## Rücken-update 2022

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.222	07.-09.10.22 Emden	26.08.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Faszientraining für den gesunden Rücken. Welchen Stellenwert hat das Faszientraining bei Rückenschmerzen? Aktualisiere dein Wissen zum Thema Rückenschmerz und lasse neue wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Faszienforschung in dein Bewegungsprogramm einfließen. In diesem Lehrgang werden die Hintergründe und Ursachen von unspezifischen Rückenschmerzen erklärt und eine ganzheitliche Sicht auf den Rücken geschaffen. Mit gezielten Übungen lassen sich Beschwerden lindern, die Rückengesundheit fördern, die körperliche Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden verbessern. Die Grundprinzipien des Faszientrainings werden praxisorientiert erarbeitet und Übungen für die Wirbelsäulengymnastik/Rehastunden vermittelt. Erleben eine moderne Form des Rückentrainings unter Anleitung einer erfahrenen Physiotherapeutin.

**Leitung:** Birgit Gross-Meinert



# Fortbildungen – Niedersachsen

Sanftes Schulter- und Nackentraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.223	25.-27.02.22 Emden	01.01.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein großes Dauerthema Schulter-Nackenbeschwerden, Spannungskopfschmerzen und ausstrahlende Schmerzen von der Halswirbelsäule. Sehr unterschiedliche Faktoren führen dazu, dass viele Menschen an Verspannungen bis zu massiven Schmerzen im Schulter-Nacken- und Kopfbereich leiden. Bekomme einen ganzheitlichen Blick auf das Thema und lerne anatomische Zusammenhänge kennen. Wir gehen gezielt auf die vielfältigen Strukturen durch ein „Sanftes Schulter-Nackentraining“ ein, fördern die Körperwahrnehmung, Regeneration und Entspannung.</p> <p><b>Leitung:</b> Birgit Gross-Meinert</p>				

Qigong & Achtsamkeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.224	25.-27.03.22 Emden	14.01.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Qigong, die chinesische Bewegungskunst, entspannt Körper und Geist, stärkt die Vitalität und Lebensenergie (Qi) und dient der Gesundheitspflege. Es basiert auf dem uralten Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Die ganzheitliche Sichtweise auf den Menschen und die Arbeit mit der Lebensenergie fördern die Selbstheilungskräfte des Körpers. Die achtsamen, ruhigen und meditativ fließenden Bewegungsübungen zeigen vielfältige gesundheitsfördernde Wirkungen. Das Training der Achtsamkeit ist ein zentraler Bestandteil des Qigong und in der heutigen stressigen, oft hektischen und schnelllebigen Zeit von besonderer Bedeutung. „Achtsamkeit ist eine einfache und zugleich hochwirksame Methode, uns wieder mit unserer Weisheit und Vitalität in Berührung zu bringen.“ Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn.</p> <p><b>Leitung:</b> Birgit Gross-Meinert</p>				

Neurologie: Ataxie, Hemiparese und Co. – Symptombezogenes Training im Reha-Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.225	12.03.22 Waldklinik Jesteburg	28.01.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was erwartet mich als Übungsleiter*in bei einem*einer Teilnehmer*in mit Ataxie, Hemiparese oder anderen häufigen neurologischen Symptomen? Gibt es Möglichkeiten diese Symptome positiv zu beeinflussen? Und wenn ja, welche? Diesen Fragen soll in dieser Tagesveranstaltung auf den Grund gegangen werden. Dazu bieten die Räumlichkeiten der neurologisch und orthopädisch orientierten Waldklinik Jesteburg eine gute Möglichkeit.</p> <p><b>Leitung:</b> Heidi Nordbeck</p>				

Neurologie: Morbus Parkinson – das „Vergessen“ der Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.226	18.06.22 Waldklinik Jesteburg	06.05.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Morbus Parkinson gehört mit zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen. Was habe ich bei einem*einer Teilnehmer*in mit Morbus Parkinson zu erwarten? Wie gehe ich mit diesen Symptomen um? Lassen sie sich beeinflussen und wenn ja, wie? Dieses sind die zentralen Fragen, welche in diesem Tagesseminar bearbeitet werden sollen. Die Räumlichkeiten der neurologisch und orthopädisch orientierten Waldklinik Jesteburg bieten hierzu eine gute Möglichkeit.</p> <p><b>Leitung:</b> Heidi Nordbeck</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

## Trainingsklassiker der Franklin Methode® – die besten Ballübungen und Vorstellungsbilder für Gesundheit und Wohlbefinden

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.227	23.04.22 Wolfenbüttel	11.03.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Franklin Methode® betrachtet den Menschen und seine Gesundheit ganzheitlich und im Kontext seiner Lebenswelt. Nicht immer fällt es uns leicht den alltäglichen Herausforderungen überzeugt zu begegnen. Eine Fokussierung auf die eigenen Gedanken und darauf, wie sie unseren Körper und Bewegungen beeinflussen, kann unser Wohlbefinden nachhaltig verbessern. Dieser Lehrgang bietet mit den Trainingsklassikern der Franklin Methode® in Form von Ballübungen, Berührungen und mentalen Vorstellungsbildern ein ganzheitliches Bewegungsprogramm für abwechslungsreiche Übungsstunden.

**Leitung:** Luisa Merkel

## Duft-Qigong

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.228	11.-13.02.22 Sögel	01.01.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Duft-Qigong ist eine besondere Form des Qigong und unterscheidet sich durch seine Dynamik und Ausübungspraxis von klassischen Elementen. Es fördert die Körperkoordination und arbeitet stark aktivierend im Stoffwechselbereich. Dabei wirkt es besonders ausleitend bzw. reinigend und bedingt dadurch eine positive Stimmungslage. Duft-Qigong: für Wohlbefinden und gute Laune! Mit Outdoor-Einheit!

**Leitung:** Tanja Feyer

## Tibetische Übungen und 8 Brokate

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.229	25.-27.11.22 Sögel	14.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Tibetische Übungen sind pure Vitalität für Körper, Geist und Seele. Sie fördern die Elastizität in der Wirbelsäule, stärken das Herz-Kreislauf- und das Immunsystem, harmonisieren das Hormon- und Nervensystem und unterstützen die Verdauung, sowie den gesamten Stoffwechsel. Die 8 Brokate sind ein uraltes Übungssystem aus dem Qigong. Sie regulieren die Muskelleistung, fördern die natürliche Funktion der Bindegewebe, verbessern die Blutzirkulation, regen den Lymphfluss an und verbessern den Gasaustausch in den Lungen. (Die Fortbildung enthält Outdoor-Einheiten)

**Leitung:** Tanja Feyer

## Yoga Momente

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.230	11.-13.11.22 Hannover	30.09.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Yoga ist sehr vielfältig und fängt viele Bereiche für den Menschen in seiner Verfassung ab. Da gibt es Beeinträchtigungen auf körperlicher Ebene wie z. B. Rückenschmerzen oder Nackenverspannungen, Störungen auf organischer Ebene wie z. B. Atem- oder Verdauungsbeschwerden, psychische und emotionale Herausforderungen des Alltags mit Konsequenzen wie z. B. Erschöpfung und Schlafstörungen! In dieser Fortbildung lernen wir, in einer Kurs-Einheit themenbezogen abzutauchen und den Teilnehmern eine Auszeit mit positiver Motivation zu bieten. (Mit Outdoor-Einheiten)

**Leitung:** Tanja Feyer



# Fortbildungen – Niedersachsen

Das Iliosakralgelenk und der Beckenboden im Gesundheitssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.231	16.-18.12.22 Hannover	04.11.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Beckenboden verbindet die unteren Extremitäten mit dem Rumpf, die Schaltstelle ist das Kreuz-Darmbein-Gelenk. Dieses System beeinflusst die Auf- und Ausrichtung unseres Körpers und tiefgreifend die Funktionen der im Becken lagernden Organe, z. B. Darm und Harnblase. Mit der richtigen Einstellung und Übungen ins tägliche Leben integriert lässt sich viel erreichen, um den Alltag zu erleichtern. (Mit Outdoor-Einheiten)</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

TAO Bewegung ist Leben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.232	26.-28.08.22 Hannover	15.07.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Jeder Muskeleinsatz hat innerlich weitreichende physiologische Konsequenzen, äußerlich formen sie unseren Körper. Bewegungen beeinflussen aber nicht nur die körperliche, sondern auch die mentale Balance, verbessern unsere Stimmungslage und fördern die Gelassenheit. Wir folgen dem Körper in seinem funktionalen Ur-System mit aufbauenden und stabilisierenden Übungen und entwickeln daraus mit Bewegungen aus dem Tai Chi und Qigong Geschmeidigkeit und Elastizität. Das Ergebnis ist Kraft und Energie für zielorientiertes Handeln. (Mit Outdoor-Einheiten)</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

Yoga wirkt!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.233	16.-18.12.22 Hannover	04.11.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 3 Tage ganz für dich! Das bedeutet Zeit zum Entspannen durch Yoga und meditative Klangschalen, aber auch darüber hinaus zu lernen, was Yoga abseits der Yoga-Matte bedeutet. Neben vielen praktischen Einheiten, in denen du verschiedene Yoga-Stile sowie Atem- und Meditationstechniken kennenlernen wirst, tauschen wir uns in der Theorie aus. Wir tauschen uns aus über Allgemeines zum Thema Yoga und besprechen auch ganz spezifische Fragen, die mit der Philosophie des Yoga einhergehen, ohne dabei dogmatisch zu sein. Wie möchtest du mit dir selbst leben? Wie möchtest du mit anderen zusammenleben? Wie schätzt du wert, was du hast und wie erkennst du die Schönheit in der Natur? Zur Beantwortung Fragen wie dieser bekommst du hilfreiche Tools und Routinen an die Hand, sodass du einen echten Mehrwert für dich selbst und auch für deine Umgebung sowie deinen Alltag aus dem Seminar erhältst. Wichtig ist mir vor allem, dass du die bewegenden Effekte dieses Wochenendes mitnehmen und nachhaltig für dich integrieren kannst.</p> <p><b>Leitung:</b> Freya Meyer</p>				

Yoga wirkt!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.234	07.-09.01.22 Hannover	15.12.21	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 3 Tage ganz für dich! Das bedeutet Zeit zum Entspannen durch Yoga und meditative Klangschalen, aber auch darüber hinaus zu lernen, was Yoga abseits der Yoga-Matte bedeutet. Neben vielen praktischen Einheiten, in denen du verschiedene Yoga-Stile sowie Atem- und Meditationstechniken kennenlernen wirst, tauschen wir uns in der Theorie aus. Wir tauschen uns aus über Allgemeines zum Thema Yoga und besprechen auch ganz spezifische Fragen, die mit der Philosophie des Yoga einhergehen, ohne dabei dogmatisch zu sein. Wie möchtest du mit dir selbst leben? Wie möchtest du mit anderen zusammenleben? Wie schätzt du wert, was du hast und wie erkennst du die Schönheit in der Natur? Zur Beantwortung Fragen wie dieser bekommst du hilfreiche Tools und Routinen an die Hand, sodass du einen echten Mehrwert für dich selbst und auch für deine Umgebung sowie deinen Alltag aus dem Seminar erhältst. Wichtig ist mir vor allem, dass du die bewegenden Effekte dieses Wochenendes mitnehmen und nachhaltig für dich integrieren kannst.</p> <p><b>Leitung:</b> Freya Meyer</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Achtsamkeit und Yoga				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.235	09.-11.09.22 Hannover	29.07.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wünschst du dir mehr Achtsamkeit, mehr Ruhe und weniger Stress in deinem Leben? Denkst du manchmal, der Alltag läuft ab wie im Autopiloten? Wenn du dir ein Leben wünschst, indem du weniger gestresst oder müde bist, und du deine Power spüren möchtest, dann bist du hier genau richtig! Gemeinsam erkunden wir, was es eigentlich bedeutet, ein achtsames Leben zu leben und gehen dem Begriff „Mindfulness“ auf den Grund. Mit vielen praktischen Einheiten mit Yoga, Atemübungen, Meditation und Klangschalen lernst du, Ruhe und Entspannung in deinen Alltag zu holen. Routinen und Tools helfen dir dabei, diese Themen nachhaltig für dich zu integrieren und damit auch dein Umfeld zu inspirieren. Dieses Seminar wird eine schöne Kombination aus Achtsamkeit-Techniken, Yoga und meditativen Klangschalen. Mit dem vermittelten Wissen kannst du deine eigene Achtsamkeitsroutine für deinen ganz individuellen Alltag entwickeln – ganz einfach und praktisch. Wichtig ist mir vor allem, dass du die bewegenden Effekte dieses Wochenendes mitnehmen und nachhaltig für dich integrieren kannst.</p> <p><b>Leitung:</b> Freya Meyer</p>				

Achtsamkeit und Yoga				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.236	05.-07.08.22 Hannover	24.06.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wünschst du dir mehr Achtsamkeit, mehr Ruhe und weniger Stress in deinem Leben? Denkst du manchmal, der Alltag läuft ab wie im Autopiloten? Wenn du dir ein Leben wünschst, indem du weniger gestresst oder müde bist, und du deine Power spüren möchtest, dann bist du hier genau richtig! Gemeinsam erkunden wir, was es eigentlich bedeutet, ein achtsames Leben zu leben und gehen dem Begriff „Mindfulness“ auf den Grund. Mit vielen praktischen Einheiten mit Yoga, Atemübungen, Meditation und Klangschalen lernst du, Ruhe und Entspannung in deinen Alltag zu holen. Routinen und Tools helfen dir dabei, diese Themen nachhaltig für dich zu integrieren und damit auch dein Umfeld zu inspirieren. Dieses Seminar wird eine schöne Kombination aus Achtsamkeit-Techniken, Yoga und meditativen Klangschalen. Mit dem vermittelten Wissen kannst du deine eigene Achtsamkeitsroutine für deinen ganz individuellen Alltag entwickeln – ganz einfach und praktisch. Wichtig ist mir vor allem, dass du die bewegenden Effekte dieses Wochenendes mitnehmen und nachhaltig für dich integrieren kannst.</p> <p><b>Leitung:</b> Freya Meyer</p>				

Darf ich bitten – Motivation zur Bewegung mit Musik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.237	28.-30.10.22 Hannover	16.09.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Einsatz von Musik im Rehabilitationssport setzt oft großartige Impulse, strukturelle Ordnungen und Variationen, sowie soziale und emotionale Akzente. Die vielen Möglichkeiten sind in unterschiedlichsten Gruppen und Zielsetzungen anwendbar. Diese Aspekte werden wir erleben, analysieren und orientiert an den Teilnehmern weiterentwickeln.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Stuhltanz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.238	24.-26.06.22 Sögel	13.05.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Sitzen verändert sich der Körperschwerpunkt und entlastet z. B. vestibuläre Anforderungen. Hierdurch erweitert sich die Bewegungsmöglichkeit bei vielen Einschränkungen, nicht nur bei Senior*innen! Ein Stuhl bietet auch noch viel mehr als sitzen.... wir erkunden das aktiv und experimentell.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				



# Fortbildungen – Niedersachsen

1000 Augen im Rücken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.239	16.-18.12.22 Hannover	04.11.22	15	
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Neben der funktionalen Rückenschule gibt es viele bewegt(e) eröffnende Momente in der Wahrnehmung unseres Rückens. Im aktiven Erleben unseres Wortschatzes wie „Rückendeckung“, „rückwärts“, „verrückt“, „Rücksicht“ entdecken wir spielerisch, tänzerisch und entspannt diese ganzheitlichen Verbindungen und Wirkzusammenhänge.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Musik und Bewegung für Menschen mit psychischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.240	07.05.22 Melle	25.03.22	8	BSN 45,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 80,- / Private 155,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dem besonderen Bewegungsverhalten bei psychischen Erkrankungen kommt dem Einsatz von Musik eine bedeutsame Rolle zu. Motivation, Intensität, Entspannung und soziale Faktoren werden genutzt und verändert. Chancen und Grenzen dieser Möglichkeiten werden wir didaktisch/methodisch erarbeiten.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Sport zur Förderung der Resilienz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.241	01.-03.04.22 Sögel	18.02.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Resilienz bei Menschen ist eine Fähigkeit mit Druck, Konflikten, Stress und Niederlagen fertig zu werden. An jeder Situation wachsen sie. Durch Sport werden Stress und aufgestaute Emotionen abgebaut und den Widerstand aufgebaut. Resilienz ist erlernbar! Inhalte des Kurses: Was ist Resilienz. Welche Faktoren begünstigen die Resilienz. Wie stark ich meine persönliche Resilienz. Wie stark ich die Resilienz in meinen Gruppen. Übungen und Anregungen zum Aufbau meiner Resilienz.</p> <p><b>Leitung:</b> Martje Andringa</p>				

Sport und Demenz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.242	01.-03.07.22 Sögel	20.05.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch sportliche Tätigkeiten bei Menschen mit einer Demenz werden die betroffene Hirnareale angeregt. Gedächtnis, Gleichgewichtsprophylaxe, haptische und taktilen Fähigkeiten werden hier gefördert, soziale Kontakte wirken sich positiv auf die Demenzerkrankung aus. Kursinhalte: Was ist eine Demenz, unterschiedliche Formen, mögliche Ursachen. Was bewirkt Sport im Gehirn. Übungen zur Stärkung der Muskulatur, Gleichgewicht und Besserung der Reaktionsfähigkeit. Ernährung bei Demenz.</p> <p><b>Leitung:</b> Martje Andringa</p>				

Burn out				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.243	28.-30.10.22 Sögel	16.09.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Burn-out tritt dann auf, wenn die Anforderung aus der Umgebung oder die inneren Anforderungen und die Reaktionsmöglichkeiten über längere Zeit einer Person überfordern. Die Stressreaktionen treten dann auf, wenn es nach Einwirkung von Stressoren zu negativen Reaktionen des Körpers und Psyche kommt. Inhalte der Lehrgang: Wie wirkt das Burn-out auf der körperlichen Ebene, auf der Ebene der Gedanken und Gefühle und auf der Ebene des Verhaltens. Der Einfluss von Sport hat hier einen nicht zu unterschätzenden positiven und präventiven Effekt. Welche Übungen sind hier effektiv?</p> <p><b>Leitung:</b> Martje Andringa</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Ängste und Depression				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.244	25.-27.11.22 Hannover	14.10.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Inhalte: Ängste und Depressionen können sich gegenseitig verstärken, bei beiden Erkrankungen bestehen u. a. Dysbalancen in den Neurotransmittersystemen. Da sich der Sport als sehr positiv auf diese Systeme auswirkt, kann hier auch von einer präventiven und stützenden Maßnahme ausgegangen werden. Inhalte des Lehrgangs sind: Unterschiedliche Formen der Angst und ihre Auswirkungen auf die Körperebene. Biochemie der Angst. Präventive und stützende Maßnahme. Depressionen und der Umgang mit Betroffenen. Ursache der Depression. Welche Lebensmittel, Vitamine und Mineralien wirken sich positiv auf die Depression aus. Wie sich Sport und welche Sportart sich bei Ängsten und Depressionen auf den Neurotransmitterhaushalt, die Stimmungslage und Stabilität auswirkt.</p> <p><b>Leitung:</b> Martje Andringa</p>				

Sport und Gehirn				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-22.245	28.-30.10.22 Hannover	16.09.22	15	BSN 95,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 180,- / Private 330,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wie wirkt sich Bewegung auf unser Gehirn aus? Macht Bewegung schlau und lassen sich Alterungsprozesse/Leistungsabfall durch Sport aufhalten? Ist dazu jede Sportart geeignet und wie sieht es mit der Intensität aus? Auf diese Fragen und mehr versuchen wir Antworten zu finden und zeigen auf, was derzeit wissenschaftliche Studien liefern. Die Umsetzung in die Praxis erfolgt mit und ohne Geräte und mit viel Musik. Wir entwickeln, kreieren und modifizieren bekannte Übungen zu neuen Gehirn-Sport-Übungen.</p> <p><b>Leitung:</b> Dr. Kirstin Buhl</p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



**Behinderten- und Rehabilitationssportverband  
Nordrhein-Westfalen e.V.**  
Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Telefon: 0203-7174-157  
Fax: 0203-7174-163  
E-Mail: [neuwald@brsnw.de](mailto:neuwald@brsnw.de)  
Internet: [www.brsnw-qualifizierung.de](http://www.brsnw-qualifizierung.de)

## AGB/Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

## Block 30 - Orthopädie

„Weich und soft“ Alltagsmaterial trifft Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228301	30.01.22 Büren	30.12.21	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Herz-Kreislauf-Aktivierung, Verbesserung der Körperwahrnehmung bei funktionellen Übungen und Koordinationsübungen werden mit verschiedenen „weichen Alltagsmaterialien“ vorgestellt und erarbeitet. Geeignet für Rehabilitationssport mit Älteren, aber auch für neurologische Rehasportgruppen.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p>				

Faszie Kompakt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228302	01.-02.02.22 Duisburg	01.01.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Welchen Stellenwert kann Faszientraining im Rahmen des Rehasports einnehmen? Diese Fortbildung bietet vertiefende Einblicke in die wissenschaftlichen Grundlagen des Faszientrainings in Theorie und Praxis. Die Grundprinzipien (mit und ohne Gerät) und deren Einsatzmöglichkeiten im Rehasport werden vermittelt. (Schmerzreduktion, Ökonomisierung von Alltagsbewegungen, Verbesserung der Körperwahrnehmung). Die Praxisinhalte befassen sich mit dem dynamischen Faszientraining und der Einflussnahme auf das vegetative Nervensystem durch Faszientraining.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Faszientraining – Grundlagen und Umsetzung in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228303	19.-20.02.22 Arnsberg	19.01.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Faszien – der aktuelle Hit Sport. Die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe), sowie die Grundprinzipien nach Dr. Robert Schleip und die Myofasziale Meridiane nach Thomas Myers werden in Theorie und Praxis vermittelt. Das Erlernete wird an Übungen aus der Rehasportstunde umgesetzt, ausprobiert und erarbeitet.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Achtsam und Gesund durchs Leben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228304	19.03.22 Paderborn	19.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Achtsamkeit gewinnt in allen Lebenslagen, gerade in unserer schnelllebigen Zeit an großer Bedeutung, um langfristig die Balance zu behalten. Sich seine persönlichen Werte bewusst zu machen, Achtsamkeitsübungen, Soziale Netzwerke und Kommunikation spielen in Theorie und Praxis eine wesentliche Rolle. Zusätzlich werden Bewegungsangebote im Outdoor- und Hallenbereich vorgestellt. Wir wandern am Rothhaatsteig. Die Wanderung ist mit Teamaufgaben gestaltet, die sich in den Gruppenstunden mit viel Spaß einzubauen lassen.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



Online-Fortbildung – Stark !				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228305	19.03.22 Online	19.02.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Kräftigung spielt eine wichtige Rolle im Rehasport. Nach welchen Kriterien also wähle ich Übungen zum (funktionellen) Krafttraining aus? Wie passe ich diese Übungen an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmenden an? Diese Fragen werden durch Grundlagen aus der Anatomie, Muskel- und Trainingslehre bearbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung</p>				

Stark & beweglich!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228306	26.03.22 Bielefeld	26.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Kräftigung spielt eine wichtige Rolle im Rehasport, und eingeschränkte Beweglichkeit führt häufig zu Beschwerden. Durch ein angepasstes Kraft- und Beweglichkeitstraining kann dem entgegengewirkt werden. Nach welchen Kriterien wähle ich Übungen aus und wie passe ich sie an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmer*innen an? Diese Fragen werden durch Grundlagen aus der Anatomie, Muskel- und Trainingslehre bearbeitet und Dehntechniken vorgestellt, außerdem die Integration des Kraft- und Beweglichkeitstrainings in die Rehasportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung</p>				

Gymnastik im Wasser für Schulter und Rücken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228307	26.03.22 Bochum	26.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Gymnastik im Wasser bietet viele Möglichkeiten im Rehasport. In der Fortbildung werden Anregungen und Ideen an Übungen für Schulter und Rücken vorgestellt und weitere erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Spaß mit Pezziball und Theraband für Einsteiger*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228308	27.03.22 Düren	27.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Gewusst wie, sind Pezziball &amp; Theraband in fast allen Gruppen mit viel Spaß &amp; Freude ganzheitlich einsetzbar. Zum Beispiel, um mit einfachen und ungewöhnlichen Abwandlungen den Pezziballalltag neu zu gestalten oder diesen neu in die Gruppe einzuführen. Gemeinsam werden Hilfestellungen ausprobiert, mit denen selbst ängstliche Teilnehmende ein gutes Gefühl auf dem Ball haben, um mit den "alten Hasen" zusammen Spaß am Sport, insbesondere auf und mit dem Pezziball zu haben.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Gutes für den Schulterkomplex und die HWS im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228309	27.03.22 Büren	27.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die am Aufbau des Schultergelenks beteiligten Strukturen werden bei jeder Schulter-Arm-Bewegung beansprucht – und zwar tagaus, tagein, unser ganzes Leben lang – auch beim Sport. Übungen mit einer sinnvollen positiven Belastung für die Teilnehmenden anzubieten kann somit ein Anspruch der Übungsleitung sein. Wir werden uns mit den Ursachen von degenerativen Schultererkrankungen beschäftigen, welche Erkrankungsformen es gibt und wie man diesen vorbeugen kann. Was sind günstige Bewegungsangebote und mit welchem Material kann ich arbeiten? Welche Strukturen im Körper (Schulter und HWS) sind beteiligt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

NW



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



## Online-Fortbildung – Beweglich !

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228310	09.04.22 Online	09.03.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Eingeschränkte Beweglichkeit führt häufig zu Beschwerden. Durch angepasstes Beweglichkeitstraining kann dem entgegengewirkt werden. Hier werden Dehntechniken und deren Grundlagen aus der Anatomie und Muskellehre vorgestellt, außerdem die Integration des Beweglichkeitstrainings in die Rehasportstunde sowie die Anpassung an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmenden. Zielgruppe: Übungsleitungen aus den Profilen Orthopädie, Innere Medizin und Geistige Behinderung  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung

## Vom Stützen, Greifen und Loslassen.... Was geht bei Beschwerden in der Schulter, bei Tennis- oder Golfarm, bei Karpaltunnelsyndrom?

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228311	10-11.05.22 Bottrop	10.04.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Diese Fortbildung befasst sich mit der Bewegungseinheit Schulter/Arm /Hand. Die hohen koordinativen Anforderungen in diesem Bereich führen häufig zu Beschwerden.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Krafttraining im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228312	14.05.22 Arnsberg	14.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Diese Fortbildung befasst sich mit der Bewegungseinheit Schulter/Arm/Hand. Die hohen koordinativen Anforderungen in diesem Bereich führen häufig zu Beschwerden.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Life Kinetik in der Orthopädie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228313	14.05.22 Paderborn	14.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Sportpädagogische Besonderheiten, theoretische und praktische Besonderheiten des Sports in der Neurologie. Spezifische Bewegungsspiele, Koordinations- und Gedächtnistraining, Sturzprophylaxe, Körpererfahrung, Möglichkeiten der psychosozialen Unterstützung beim Umgang mit der Erkrankung. Motivationsförderung von Betroffenen durch einen durchgehende hergestellten Alltagsbezug und mit viel Spaß.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Faszien in der Wirbelsäulengymnastik

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228314	15.05.22 Arnsberg	15.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Es geht um die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien im (Reha-)Sport/ Wirbelsäulentraining. Die Grundprinzipien des Faszientrainings werden praxisorientiert erarbeitet und so Übungen für die Rehasportstunde/Wirbelsäulengymnastik ausprobiert und erarbeitet.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Spaß mit Pezziball und Theraband für Fortgeschrittene

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228315	15.05.22 Düren	15.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Durch die Erinnerung an bekannte oder veränderte Übungen soll auch in Zukunft der Spaß & die Freude mit Ball & Band in den Rehasportgruppen bestehen bleiben. Gleichzeitig wollen wir die Koordination, Beweglichkeit und Kraft der Teilnehmenden verbessern. Dabei können Übungen so variiert werden, dass sowohl der\*die „Neue“, als auch der sehr fitte Teilnehmende der Rehasportgruppe gefordert & gefördert werden kann.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Osteoporose

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228316	20.05.22 Detmold	20.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Auffrischung und Vertiefung von medizinischen und trainingswissenschaftlichen Grundlagen. Zusammen wird eine Ideenbörse für die Gestaltung einer Einheit im Rehabilitationssport Orthopädie/Osteoporose erarbeitet und besprochen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Zirkeltraining – eine Variation für den Stundenaufbau

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228317	11.06.22 Arnsberg	11.05.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Methodik des Zirkeltrainings verstehen, erarbeiten und erfahren. Funktionelles Muskeltraining mit den erlaubten Mitteln des Rehasportes in Zirkelformat. Orientierung an Besonderheiten und Ressourcen der Betroffenen. Erarbeitung und Vorstellung von kreativen Zirkel-Übungen mit verschiedenen Schwerpunkten wie z. B. Kraft, Koordination, Ausdauer, gemischte Zirkel unter Einbindung von Alltagsmaterialien und Kleinstgeräten.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Intervalltraining im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228318	12.06.22 Arnsberg	12.05.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Methodik des Intervalltrainings verstehen, erarbeiten und erfahren. Funktionelles Muskeltraining mit den erlaubten Mitteln des Rehasportes in Intervallformat. Orientierung an Besonderheiten und Ressourcen der Betroffenen. Erarbeitung und Vorstellung von kreativen Intervall-Sätzen mit verschiedenen Schwerpunkten wie z. B. Kraft, Koordination, Ausdauer, unter Einbindung von Alltagsmaterialien, Kleinstgeräten und Outdoor-Möglichkeiten.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

## Online-Fortbildung – Stabil !

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228319	25.06.22 Online	25.05.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Das Stabilitätstraining (auch: Core-Training) ist inzwischen häufiger Bestandteil des (Gesundheits-) Trainings. Welche theoretischen Aspekte liegen dem zugrunde? Welche Strategien leiten sich ab? Nach der Unterscheidung von Mobilisatoren und Stabilisatoren ergeben sich 3 Stufen des Stabilitätstrainings, die sich auf fast alle grundlegenden Kräftigungsübungen anwenden lassen. Dadurch wird die Rehasportstunde durchaus aufgelockert. Zielgruppe: Eingeschränkte Beweglichkeit führt häufig zu Beschwerden. Durch angepasstes Beweglichkeitstraining kann dem entgegengewirkt werden. Hier werden Dehntechniken und deren Grundlagen aus der Anatomie und Muskellehre vorgestellt, außerdem die Integration des Beweglichkeitstrainings in die Rehasportstunde sowie die Anpassung an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmenden.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung

NW

E-Learning



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Aquafitness

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228320	02.07.22 Bochum	02.06.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Es werden Übungen und Anregungen für Übungen für die allgemeine Fitness in der Rehasportstunde vorgestellt und erarbeitet.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Klassische Wirbelsäulengymnastik trifft Yoga

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228321	11-12.07.22 Bottrop	11.06.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Diese Fortbildung beschäftigt sich in Theorie und Praxis mit der Möglichkeit Wirbelsäulengymnastik mit Yogaelementen zu verbinden und den Rehasport zu bereichern. Es werden fließende-dynamische Bewegungsfolgen in Verbindung mit bewusster Atmung erarbeitet.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Online-Fortbildung – Zäh !

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228322	13.08.22 Online	13.07.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Ausdauertraining hat viele gesundheitsfördernde Effekte. Deshalb spielt es auch im Rehasport eine wichtige Rolle. Wie kann ich das Ausdauertraining steuern? Welche Bewegungsformen eignen sich? Wie kann ich das Ausdauertraining z. B. in Spielformen 'verpacken'? Aus den Grundlagen der Trainingslehre und Belastungsnormative lassen sich Ideen für die Rehasportstunde ableiten. **Zielgruppe:** Eingeschränkte Beweglichkeit führt häufig zu Beschwerden. Durch angepasstes Beweglichkeitstraining kann dem entgegengewirkt werden. Hier werden Dehntechniken und deren Grundlagen aus der Anatomie und Muskellehre vorgestellt, außerdem die Integration des Beweglichkeitstrainings in die Rehasportstunde sowie die Anpassung an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmenden.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung

## Ganzkörpertraining mit dem Jumping

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228323	21.08.22 Sankt Augustin	21.07.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Mit Jumping wird nicht nur das Herz-Kreislaufsystem trainiert, sondern auch der Gleichgewichtssinn, die Koordination, Kräftigung des passiven und aktiven Bewegungsapparates, sowie die Tiefenmuskulatur von Bauch und Beine. In der Fortbildung wird erarbeitet wie Jumping auch im Rehasport zielgerichtet eingesetzt werden kann.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Locker vom Hocker oder Alles, aber nur nicht Liegen!

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228324	21.08.22 Düren	21.07.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Wenn das Liegen nicht mehr möglich ist und die Stunde trotzdem interessant gestaltet werden soll, seid ihr hier genau richtig! Wir werden Braingym, Feldenkrais und Faszientraining machen und uns mit und ohne Kleingeräten am, auf und um den Hocker „austoben“.

**Zielgruppe:** Orthopädie



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Rehasport für chronisch schmerzkrank Menschen mit orthopädischer Grunderkrankung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228325	23.08.22 Duisburg	23.07.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Ziel dieser Fortbildung ist es: Bewegungs- und Spielformen aufzuzeigen, die chronisch schmerzkranken Menschen mit orthopädischer Grunderkrankung Erleichterung verschaffen und ihnen helfen ihr Alltagsleben besser zu gewältigen.  
**Inhalte/Methoden:** medizinische und psychologische Aspekte der Schmerzbewältigung; spezielle Methoden zur Schmerzbewältigung, wie sanfte Gymnastik, Feldenkrais; Körperwahrnehmung und Entspannung.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

Achtsam und Gesund durchs Leben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228326	03.09.22 Paderborn	03.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Achtsamkeit gewinnt in allen Lebenslagen, gerade in unserer schnelllebigen Zeit an großer Bedeutung, um langfristig die Balance zu behalten. Sich seine persönlichen Werte bewusst zu machen, Achtsamkeitsübungen, Soziale Netzwerke und Kommunikation spielen in Theorie und Praxis eine wesentliche Rolle. Zusätzlich werden Bewegungsangebote im Outdoor- und Hallenbereich vorgestellt. Wir wandern am Rothhaatsteig. Die Wanderung ist mit Teamaufgaben gestaltet, die sich in den Gruppenstunden mit viel Spaß einzubauen lassen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie

Pepp in der Wirbelsäulengruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228327	11.09.22 Düren	11.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Mit Spiel und Spaß in Bewegung bleiben. Viele (spielerische) Anregungen, um mal abseits der klassischen Übungen (wir machen kein Mattenprogramm!) die Teilnehmenden zum Bewegen zu motivieren.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

So weit die Füße tragen...				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228328	13.09.22 Bottrop	13.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** In dieser Fortbildung stehen unsere Füße im Fokus des Rehasports. Die Füße sind ein biomechanisches Meisterwerk. Sie müssen uns ein Leben lang tragen. Wir müssen sie also pflegen. Um die Frage zu klären: „Wie bleibe ich gut zu Fuß?“ Werden folgende Inhalte bearbeitet: Aufbau und Statik der Füße; Füße und Feldenkrais; Füße und Spiraldynamik; Gangbild und Fußaufsatz.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

Gymnastik im Wasser für TEP				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228329	17.09.22 Bochum	17.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Es werden Übungen und Anregungen für Übungen für Teilnehmende mit künstlichen Gelenken in der Rehasportstunde vorgestellt und erarbeitet.  
**Zielgruppe:** Orthopädie



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Faszientraining – nur Grundlagen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228330	15.10.22 Arnsberg	15.09.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe), sowie die Grundprinzipien nach Dr. Robert Schleip und die Myofasziale Meridiane nach Thomas Myers werden in Theorie und Praxis vorgestellt und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
Schulter-Praxis (Was können wir als Übungsleitung im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228331	16.10.22 Arnsberg	16.09.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Viele Menschen leiden heutzutage unter Problemen im Schulterbereich. Kurze Wiederholung der Anatomie der Schulter, der beteiligten Muskulatur und daraus resultierender Krankheitsbilder. Erarbeitung und Vorstellung von kreativen Übungen mit verschiedenen Schwerpunkten wie z. B. Kraft, Beweglichkeit und Entspannung unter Einbindung von Alltagsmaterialien und Kleinstgeräten. Dieser Lehrgang ist sehr praxisorientiert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
3-D Bewegungen – Vielfalt für den Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228332	08.11.22 Duisburg	08.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung stehen der Haltungsaufbau und die Ökonomisierung von Bewegungsabläufen im Fokus. Alle Knochen, Gelenke, Bänder und Muskeln finden unter der Regie des Gehirns zu einem optimalen Bewegungsablauf zusammen. Auf Grund von Bewegungseinschränkungen kommt es zu Veränderung der Bewegungsmuster. Dies beeinträchtigt die Bewegungssicherheit. Folgende Themen werden in Theorie und Praxis behandelt: Spiralprinzip, Haltungsaufbau, Spannungsaufbau/Polarität, Körperwahrnehmung, Propriozeption.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
ISG-Syndrom- Praxis (Was können wir als Übungsleitung im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228333	12.11.22 Arnsberg	12.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Durch eine praxisnahe Verarbeitung von verschiedenen Übungen kann in den Bereichen Mobilität und Kräftigung ein dem Krankheitsbild angepasster Stundenverlauf erarbeitet werden. Auch Dehnübungen sind ein Teil davon. Zusätzlich erfahren Sie wertvolle Tipps zur sportlichen Handhabung der Krankheit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
Sport während der Krebstherapie an Land und im Wasser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228334	12.-13.11.22 Bochum	12.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> In der Fortbildung Sport während der Krebstherapie an Land und im Wasser werden die Möglichkeiten von unterschiedlichen Rehasportübungen während einer Krebstherapie vorgestellt und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## SitzHocker – neue Ideen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228335	13.11.22 Arnsberg	13.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Kräftigung spielt eine wichtige Rolle im Rehasport. Nach welchen Kriterien wähle ich Übungen zum (funktionellen) Krafttraining aus? Wie passe ich diese Übungen an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmer\*innen an? Diese Fragen werden durch Grundlagen aus der Anatomie, Muskel- und Trainingslehre bearbeitet. Darüber hinaus ist Stabilitätstraining (auch: Core-Training) inzwischen häufiger Bestandteil des Trainings. Welche theoretischen Aspekte liegen dem zugrunde? Welche Strategien leiten sich ab? Nach der Unterscheidung von Mobilisatoren und Stabilisatoren ergeben sich 3 Stufen des Stabilitätstrainings, die sich auf fast alle grundlegenden Kräftigungsübungen anwenden lassen. Dadurch wird die Rehasportstunde durchaus aufgelockert.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Stark & stabil!

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228336	19.11.22 Bielefeld	19.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Kräftigung spielt eine wichtige Rolle im Rehasport. Nach welchen Kriterien wähle ich Übungen zum (funktionellen) Krafttraining aus? Wie passe ich diese Übungen an die Bedürfnisse der Rehasportteilnehmer\*innen an? Diese Fragen werden durch Grundlagen aus der Anatomie, Muskel- und Trainingslehre bearbeitet. Darüber hinaus ist Stabilitätstraining (auch: Core-Training) inzwischen häufiger Bestandteil des Trainings. Welche theoretischen Aspekte liegen dem zugrunde? Welche Strategien leiten sich ab? Nach der Unterscheidung von Mobilisatoren und Stabilisatoren ergeben sich 3 Stufen des Stabilitätstrainings, die sich auf fast alle grundlegenden Kräftigungsübungen anwenden lassen. Dadurch wird die Rehasportstunde durchaus aufgelockert.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung

## Neuer Schwung für junge und alte "Bechtis"

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228337	20.11.22 Düren	20.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** In der Fortbildung werden Teile aus der Fußgymnastik, Spiele, Zirkeltraining, Koordinationstraining, Feldenkrais und Faszientrainingsaspekte alles passend für Bechterewler\*innen abgewandelt und erarbeitet, damit die Teilnehmenden auch nach Jahren mit Spaß am Rehasport teilnehmen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Fitness-Mix funktionell, intensiv ohne und mit Geräten

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228338	20.11.22 Büren	20.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Was ist funktionell? Wie kann ich funktionell intensiv trainieren. Geht das auch ohne Geräte? Welche Übungen und Geräte sind sinnvoll? Nach einem kurzen theoretischen Einstieg in das Thema werden intensive Übungen mit dem eigenen Körper unter funktionellen Gesichtspunkten vorgestellt. Hierbei liegt neben dem praktischen Angebot der Fokus natürlich auf der Ausführung und der Möglichkeit für Übungsleitungen Hilfen und wertvolle Tipps zu geben.

**Zielgruppe:** Orthopädie



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Feldenkrais für Männer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228339	26-27.11.22 Arnsberg	26.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Viele Männer verstehen unter Sport Dynamik, den Einsatz von Kraft und Schnelligkeit, Blut, Schweiß und Tränen. Competition eben. Yoga, Achtsamkeit und Körperwahrnehmung sind wohl eher etwas für andere. Genau für diese Männer ist dieses Special gedacht. Praxislektionen werden durchgeführt und auf den Rehasport übertragen. Und die Vita von Moshé Feldenkrais wird thematisiert. Er war einer der ersten europäischen Schwarzgurträger und Martial Arts Experte.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Wirbelsäulengymnastik – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228340	26.11.22 Arnsberg	26.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Durch eine Mischung aus Schulter- und Nackenübungen und verschiedenen Faszienübungen bekommen Sie praxisorientierte Bewegungsanregungen für Ihren Kurs. Durch die Nutzung von Rumpfübungen im Stehen und Musik in der Wirbelsäulengymnastik ergeben sich neue Aspekte, die sich motivierend auf Ihren Kurs auswirken.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Functional Training – Ideenbörse für Übungsleitungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228341	27.11.22 Arnsberg	27.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Funktionelles Training ist eine alltagsrelevante Trainingsform. Sie beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Umsetzung in die Praxis und Erarbeitung von passenden Übungen für eine Rehasportstunde.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Aquafitness				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228342	03.12.22 Bochum	03.11.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Es werden Übungen und Anregungen für Übungen für die allgemeine Fitness in der Rehasportstunde vorgestellt und erarbeitet.

**Zielgruppe:** Orthopädie

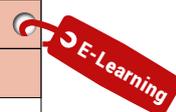
Online-Fortbildung – Gutes für den Schulterkomplex und die HWS im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228343	18.02.22 Online	18.01.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Bei vielen Schulter-Arm-Bewegungen werden Strukturen der Schulter und der HWS unterschiedlich beansprucht – und zwar tagaus, tagein, unser ganzes Leben lang – auch beim Sport. Übungen mit einer sinnvollen positiven Belastung für die TN anzubieten kann somit ein Anspruch des ÜL sein. Wir werden uns mit den Ursachen von degenerativen Schulter- und HWS-Erkrankungen beschäftigen, welche Erkrankungsformen es gibt und wie man diesen vorbeugen kann. Was sind günstige Bewegungsangebote und mit welchem Material kann ich arbeiten? Ideen mit Kleinmaterialien für bessere Beweglichkeit sind auch online möglich!

**Zielgruppe:** Orthopädie



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



## Online-Fortbildung – Gutes für ISG und die untere Extremität im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228344	21.10.22 Online	21.09.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Das Ilio-Sacral-Gelenk (ISG), Hüften und Knie machen gerade durch viel Sitzen Probleme. Wie sehen diese Strukturen genau aus? Was passiert beim Sitzen? Welche Krankheitsbilder können entstehen und wie kann ich als ÜL Rehasport sinnvolle Angebote anbieten. Theorie & kleine Praxis online mit wertvollen Tipps und Förderung des Austausches. Materialien, die Alle zu Hause haben werden genutzt.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Koordinativ im Gleichgewicht

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228345	21.08.22 Ratingen	21.07.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Koordinationstraining ist vielfältig und ein zentrales Element jeder Rehasportstunde. Eine zentrale koordinative Fähigkeit ist dabei die Gleichgewichtsfähigkeit. Innerhalb der Fortbildung wird die Bedeutung des Koordinationstrainings u. a. bei verschiedensten Krankheitsbildern herausgestellt. Das Gleichgewichtstraining wird hierbei insbesondere als Training der Tiefenmuskulatur theoretisch und praktisch erarbeitet. Praxisorientiertes Arbeiten liefert Handwerkzeug für die eigene Sportstunde.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie

## Attraktives Koordinations- und Gehirntraining

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228346	18.-19.07.22 N.N.	18.06.22	16	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Mit zunehmendem Alter lassen Merkfähigkeit und andere Gedächtnisleistungen nach. Trotz der Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses und der nachlassenden Konzentrationsfähigkeit können die kognitiven Fähigkeiten auch mit den Mitteln des Sports auf einem hohen Leistungsstand gehalten werden. Gleiches gilt für die koordinativen Fähigkeiten.  
**Inhalte:** Kombinationsmöglichkeiten von Gehirn- und Koordinationstraining - ausgewählte Indikationen der drei Profile- sportpraktische Inhalte von Erkrankungen anderer Profile -Notfallmanagement  
**Ziele:** Erweiterung/Vertiefung der Fähigkeiten und Kenntnisse der Übungsleitung hinsichtlich des Themas 'Koordinations- und Gehirntraining'.  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie

## Stabil und Beweglich - Funktionelles Training im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228347	15.-16.10.22 N.N.	15.09.22	16	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Funktionstraining ist 'besser als ihr Ruf' und bietet gezielte Angebote zur Verbesserung aller motorischen Hauptbeanspruchungsformen an. Passende Übungen und ausgewählte Gymnastikprogramme sollen dabei neue Ideen für die Rehasportstunde geben. Mit und ohne Equipment lässt sich das Training sowohl im Gymnastik-, Vereinsraum als auch auf der grünen Wiese durchführen.  
**Inhalte:** Grundlagen des Funktionstraining - geeignete Übungsformen und Programme - Differenzierungsmöglichkeiten der Bewegungen für verschiedene Zielgruppen – Notfallmanagement  
**Ziele:** Erweiterung/Vertiefung der Kenntnisse der Übungsleitungen hinsichtlich des Themas  
**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie

NW



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Fit und aktiv bis ins hohe Alter (80+)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228348	12.03.22 Essen	12.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Vielfältige Möglichkeiten des Rehasports mit Hochaltrigen (80+), Modifikationen auf unterschiedlichen Leistungsniveaus und mit unterschiedlichen orthopädischen Handicaps werden erarbeitet. Von Spiel- und Übungsformen zur Kräftigung und Förderung der Beweglichkeit über Balanceübungen bis hin zu koordinativen Bewegungsformen reichen die Inhalte. Im Vordergrund stehen dabei Inhalte im Sitzen oder mit moderater Bewegungsintensität. Theoretische Hintergründe werden gegeben zu den Themen Altern, Erhalt der Aktivitäten des täglichen Lebens (ADL) und bewegtes Gehirntaining.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p>				

Orthopädische Wassergymnastik - Grundlagen und Fokus: Rumpf				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228349	13.03.22 Essen	13.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Theoretische Grundlagen der Wassereigenschaften und deren Wirkung und Nutzung werden praxisnah vermittelt. Verschiedene Krankheitsbilder der Orthopädie werden besprochen und dazu Übungen mit und ohne Handgeräte erarbeitet. Entspannungsübungen runden den Lehrgang ab.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport in der Krebsnachsorge – Grundlagen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228350	26.03.22 Essen	26.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Medizinische, psychologische und pädagogische Grundlagen im Handlungsfeld Sport und Krebs unter Berücksichtigung verschiedener Tumorerkrankungen. Praxistransfer in den Rehasport. Erarbeiten, Vorstellen und Reflektieren verschiedener Unterrichtssequenzen, teils in Kleingruppenarbeit. Bedeutung des bio-psycho-sozialen Ansatzes mit Blick auf die aktive Krankheitsbewältigung der Betroffenen. Rolle der Übungsleitung - auch in belastenden Situationen beim Sport in der Krebsnachsorge.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport in der Krebsnachsorge - Fokus: Prostatakarzinom/Neuropathien/Lymphödem				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228351	03.09.22 Essen	03.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Diese Fortbildung vermittelt Inhalte mit Fokus Neuropathien, Beckenbodentraining nach Prostatakrebs sowie Lymphödemprophylaxe für den Rehasport und für den Alltag der Betroffenen. In der Sportpraxis werden Übungen zur Gleichgewichtschulung bei Neuropathien und Maßnahmen zur Vorbeugung und Verhaltensempfehlungen bei Lymphödemen vorgestellt. Beim Sport nach Prostatakrebs werden Wahrnehmungsschulung, Stärkung des Beckenbodens durch funktionelle Übungen mit und ohne Handgeräte, Entspannungsübungen und Atemübungen erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Einsatz von Musik und Tanz beim Sport für Hochaltrige (80+)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228352	24.09.22 Essen	24.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Das Seminar soll Impulse setzen für die Arbeit in Senior*innengruppen mit stark eingeschränkten Teilnehmenden. Gymnastik und Bewegungsspiele zur Musik sowie Tänze am Stuhl, mit Rollator und im Sitzen werden in der Praxis vorgestellt. Die damit verbundenen didaktisch / methodischen Überlegungen werden aufgezeigt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Orthopädische Wassergymnastik - Fokus: Beine/Hüfte/Ausdauer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228353	25.09.22 Essen	25.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Theoretische Grundlagen des Aquajogging im Flach- und Tiefwasser werden vermittelt und praktisch durchgeführt. Krankheitsbilder des Hüft- und Kniegelenkes werden besprochen und dazu Übungen mit und ohne Handgerät erarbeitet. Kleine Spiele runden den Lehrgang ab.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Online-Fortbildung Lymphgymnastik im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228354	01.04.22 Online	01.03.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
NW-228355	07.10.22 Online	07.09.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Durch unterschiedliche Ursachen können Störungen im Lymphsystem auftreten, was wiederum zu Ödemen führen kann. Ein angepasstes Bewegungsprogramm kann positiven Einfluss auf diese Störungen nehmen. Es werden theoretische Grundlagen zur Lymphologie vermittelt sowie eine vielfältige Auswahl an praktischen Übungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie</p>				



## Block 40 – Innere Medizin

Rehabilitationssport bei Adipositas				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228401	18.03.22 Detmold	18.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Es wird aktuelles aus der Adipositasforschung vorgestellt und besprochen. Die Förderung von Spaß und Freude an zielgruppenspezifischem Bewegungs- und Entspannungstraining mit adipösen Teilnehmenden wird genauso erarbeitet wie die individuelle Belastungssteuerung im Kraft- und Ausdauertraining.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie</p>				

COPD – Lösen von Atemwiderständen durch einen lebendigen Brustkorb				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228402	22.03.22 Duisburg	22.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Diese Fortbildung beinhaltet zum einen theoretische Grundlagen zum Thema COPD, und zum anderen praktische Hilfestellungen zum funktionalen Atem-Management. Dazu werden die folgenden zentralen Fragen bearbeitet: Wie können Atemmuskeln gezielt trainiert werden und wie können mechanische Widerstände gelöst werden? Wie kann der Rehasport unterstützen?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Lymphgymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228403	27.03.22 Gummersbach	27.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Durch unterschiedliche Ursachen können Störungen im Lymphsystem auftreten, was wiederum zu Ödemen führen kann. Ein angepasstes Bewegungsprogramm kann positiven Einfluss auf diese Störungen nehmen. Es werden theoretische Grundlagen zur Lymphologie vermittelt sowie eine vielfältige Auswahl an praktischen Übungen vorgestellt und zusammen erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie</p>				

NW



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Ausdauertraining und Koordinationsschulung bei inneren, orthopädischen und neurologischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228404	21.05.22 Düren	21.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Medizinische, biomechanische, trainingswissenschaftliche und physiologische Grundlagen von Ausdauertraining und deren Umsetzung in der Rehasportstunde bei „inneren“ und „orthopädischen“ Krankheitsbildern und Behinderungsformen. In der Fortbildung werden verschiedene Formen des Ausdauertrainings als Instrument zur Bewegungsfreude, Körperwahrnehmung, Belastungs- und Trainingssteuerung vorgestellt und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Teilnehmende sollten 5 bis 6 km in mittlerem Gehtempo zurücklegen können</p> <p>Schreibsachen, regenfeste Sportkleidung, da ein Großteil der Lehrgangs in der freien Natur (Rurauen in Düren-Birkedorf) durchgeführt wird, sowie Sportkleidung für die Halle mitbringen; Nordic-Walking-Stöcke werden gestellt, eigene können auch genutzt werden</p>				

Sport mit Kindern- und Jugendlichen mit chronischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228405	22.05.22 Ratingen	22.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Etwa 20% aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland leben mit chronischen Erkrankungen. Die Fortbildung richtet sich besonders an Übungsleitungen im Kinder- und Jugendsport. In der Fortbildung werden chronische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen, deren Auswirkungen auf die sportliche Aktivität und die damit verbundenen Anforderungen an Übungsleitungen anhand von praktischen Beispielen erarbeitet. Abgerundet wird die zweitägige Fortbildung mit einem Blick auf die rechtlichen Grundlagen im Gefahrenfall. Das Ziel der Fortbildung ist, die Teilnehmenden über Möglichkeiten und Grenzen aufzuklären und Ihnen dadurch Sicherheit zu geben, auch Kinder mit chronischen Erkrankungen in ihr Sportangebot zu integrieren.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Psychiatrie, Kinder- und Jugend</p>				

Moderates Krafttraining im Rehasport mit metabolischen Teilnehmenden				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228406	16.09.22 Detmold	16.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Auffrischung und Vertiefung der Trainingslehre zum moderaten Krafttraining im Rehasport. Umsetzung des Trainings zum Beispiel mit Hilfe einer Intervalltimer-App am Beispiel Adipositas. Erarbeitung individueller Trainingseinheiten für die eigenen Rehasportgruppen. Im Mittelpunkt stehen Spaß und Freude am moderaten Krafttraining.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie</p>				

Lymphgymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228407	23.10.22 Gummersbach	23.09.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Durch unterschiedliche Ursachen können Störungen im Lymphsystem auftreten, was wiederum zu Ödemen führen kann. Ein angepasstes Bewegungsprogramm kann positiven Einfluss auf diese Störungen nehmen. Es werden theoretische Grundlagen zur Lymphologie vermittelt sowie eine vielfältige Auswahl an praktischen Übungen vorgestellt und zusammen erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie</p>				

Online-Fortbildung – Herzranke in meiner Rehasportgruppe! Basics für Rehasport-Übungsleitungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228408	20.01.22 Online	20.12.21	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Herzranke meiner Rehasportgruppe – oftmals treffe ich auch in der orthopädischen Rehasportgruppe auf Herzranke. Welche grundlegenden Kenntnisse und Informationen sollte ich als Übungsleitung haben? Worauf sollte ich als Übungsleitung besonders achten? Dieses und mehr wird in der Fortbildung behandelt und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Online-Fortbildung – PAVK-Betroffene in meiner Rehasportgruppe! Basics für Rehasport-Übungsleitungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228409	03.02.22 Online	03.01.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> PAVK-betroffene Teilnehmende in meiner Rehasportgruppe – Basics zum Krankheitsbild, Differenzierung und Belastungssteuerung  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, profilübergreifend</p>				

E-Learning

Abwechslungsreicher Rehasport und Gesundheitsbildung fördern – wie können wir „edukative Ziele“ in die Stunde integrieren?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228410	22.-23.04.22 N.N.	22.03.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Schwerpunkt der Fortbildung ist die Sportpraxis und Auseinandersetzung mit der Fragestellung, welche Kenntnisse die Rehasportler*innen bezüglich ihrer gesundheitsfördernden Verhaltens erwerben sollten und wie wir diese interessant vermitteln können.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

PAVK-Betroffene und Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228411	04.-05.11.22 Düren	04.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> PAVK-betroffene Teilnehmende und Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe – Das Krankheitsbild und sportpädagogische Konsequenzen, Methoden, Differenzierung und Belastungssteuerung werden vorgestellt und erarbeitet. Zusätzlich wird eine Gestaltg einer Gefäßsportstunde sowie das Notfallmanagement besprochen.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie</p>				

NW

Online-Fortbildung – Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe! Basics für Rehasport-Übungsleitungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228412	10.11.22 Online	10.10.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe – Basics zum Krankheitsbild, Differenzierung und Belastungssteuerung.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, profilübergreifend</p>				

E-Learning

Online-Fortbildung COPD-Betroffene in meiner Rehasportgruppe! Basics für Rehasport-Übungsleitungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228413	17.11.22 Online	17.10.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> COPD-betroffene Teilnehmende in meiner Rehasportgruppe – Basics zum Krankheitsbild, Differenzierung und Belastungssteuerung.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, profilübergreifend</p>				

E-Learning

Heterogene Rehabilitationssportgruppen – Differenzieren und individuelles Training ermöglichen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228414	18.-19.11.22 Düren	18.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Erfolg motiviert – Rehasport so gestalten, dass im Rahmen der individuellen Belastbarkeit trainiert werden kann. Berücksichtigung von Krankheitsbildern wie PAVK, Herzinsuffizienz, COPD und weitere.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Ganz viel Sportpraxis! Rehasport und Motivation – vielfältige „spielerische“ Bewegungsangebote zur Verbesserung von Koordination und Ausdauer, den Schwerpunkten im Rehasport „Innere Medizin“

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228415	N.N. Düren	N.N.	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Mit interessanten und attraktiven Aufgabenstellungen zu Bewegung motivieren und Nachhaltigkeit fördern. Bewegungsmöglichkeiten sammeln, ausprobieren, modifizieren und mit der entsprechenden Belastungssteuerung, Differenzierung und Organisationsform versehen.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin, Orthopädie

## Online-Fortbildung – Rehasport bei chronisch obstruktiven Atemwegserkrankungen – COPD

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228416	N.N. Online	N.N.	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Die Fortbildung behandelt die Basics zum Krankheitsbild, entsprechende Trainingsinhalte, Körperwahrnehmung, Atemgymnastik, Belastungssteuerung, Differenzierung und vieles mehr.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Rehasport bei COPD

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228417	12.11.22 Essen	12.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Theoretische Grundlagen der Erkrankung und Besonderheiten im Lungensport werden vermittelt. Praktische Übungen zu Atemtraining und Atemwahrnehmung, Kraft- und Beweglichkeitstraining, zur Belastungsdosierung beim Ausdauertraining und indikationsspezifische Spiele werden durchgeführt.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Block 60 – Neurologie

### Life Kinetik in der Neurologie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228601	12.02.22 Paderborn	12.01.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Sportpädagogische Besonderheiten, theoretische und praktische Besonderheiten des Sports in der Neurologie. Spezifische Bewegungsspiele, Koordinations- und Gedächtnistraining, Sturzprohylaxe, Körpererfahrung, Möglichkeiten der psychosozialen Unterstützung beim Umgang mit der Erkrankung. Motivationsförderung von Betroffenen durch einen durchgehende hergestellten Alltagsbezug und mit viel Spaß.  
**Zielgruppe:** Neurologie

### Neurologische Erkrankungen im höheren Alter

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228602	19.02.22 Bielefeld	19.01.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Die Teilnehmer\*innen von Rehasportgruppen werden älter und im Laufe der Zeit treten neurologische Erkrankungen mehr in den Vordergrund. Die Fortbildung soll einen Einblick in die Möglichkeiten geben, älteren Menschen mit z. B. Morbus Parkinson, Demenz oder nach Schlaganfall ein „bewegtes“ Leben zu ermöglichen und ihren spezifischen Einschränkungen gerecht zu werden. Im Vordergrund stehen dabei Inhalte im Sitzen oder mit moderater Bewegungsintensität. Theoretische Hintergründe werden gegeben zu den Themen Demenz, Schlaganfall und Morbus Parkinson, Altern, Erhalt der Aktivitäten des täglichen Lebens (ADL) und bewegtes Gehirntraining. Die Fortbildung soll es Übungsleiter\*innen ermöglichen, neurologisch erkrankte Menschen in ihre Gruppen zu integrieren bzw. ihnen die Möglichkeit geben weiter an der Gruppe teilzunehmen. Die gemeinsam zu erarbeitende zentrale Frage der Fortbildung ist: Wie kann ich (fast) allen Teilnehmer\*innen einer Gruppe gerecht werden, ohne Einzelne zu vernachlässigen?  
**Zielgruppe:** Neurologie, Orthopädie

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Sport und Demenz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228603	19.03.22 Bösingfeld	19.02.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Vielfältige Möglichkeiten des Rehasports, Modifikationen auf unterschiedlichen Leistungsniveaus und mit unterschiedlichen psychischen und physischen Handicaps werden erarbeitet. Die Fortbildung soll einen Einblick in die Möglichkeiten geben, Menschen mit Demenz ein „bewegtes“ Leben zu ermöglichen und ihren spezifischen Einschränkungen gerecht zu werden. Im Vordergrund stehen dabei Inhalte im Sitzen oder mit moderater Bewegungsintensität. Theoretische Hintergründe werden gegeben zu den Themen Demenz, Altern, Erhalt der Aktivitäten des täglichen Lebens (ADL) und bewegtes Gehirntaining. Die Fortbildung soll Anreiz zur Gründung von Demenzsportgruppen geben. <b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p>				

Achtsamkeitsbasierte Trainings- und Entspannungsansätze im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228604	25.11.22 Detmold	25.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Achtsamkeitstraining für Übungsleitungen. Atemgestützte Entspannungsmethoden zur achtsamen Körperwahrnehmung, aktive Entspannungsmethoden. Vorstellung des PC gesteuerten Herzkohärenztrainings (mit Biofeedback Training). <b>Zielgruppe:</b> Neurologie, Geistige Behinderung, Orthopädie</p>				

## Block 70 – Geistige Behinderung

"Ballfieber" – Spiele rund um den Ball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228701	26.-27.02.22 N.N.	26.01.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Hilfe, schon wieder Fußball...denkt sich wahrscheinlich des Öfteren eine Übungsleitung zu Beginn einer jeden Sportstunde ...Fußball und viele andere große Sportarten wie Basket- oder Volleyball, stehen durch ihre Medienpräsenz im Mittelpunkt des Interesses. Ebenso bei Menschen mit geistiger oder körperlicher Behinderung. Die Fortbildung gibt viele praktische Tipps und Spielideen um die Spiele anbieten zu können, ohne zum Ballartisten werden zu müssen. <b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie, Neurologie</p>				

"Selbstbehauptung lernen" für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228702	14.-15.05.22 N.N	15.04.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung soll Übungsleitungen Grundlagen vermitteln, die besonders Menschen mit geistiger Behinderung befähigen sollen, sich in Bedrohungssituationen widersetzen zu können. In einfachen Übungen sollen Situationen dieser Art theoretisch besprochen und mit praktischen Übungen gefestigt werden. Ziel der Fortbildung ist, den Erfahrungsaustausch zu fördern und die Beteiligten für dieses Thema zu sensibilisieren. <b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung Besonderheiten: Die vermittelten Inhalte können Elemente von Kampf- und Kontaktsportarten enthalten. Die weitere Verwendung geschieht auf eigene Verantwortung der Teilnehmenden.</p>				

Kleine Spiele im Fußball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228703	21.05.22 Essen	21.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung geht es um das Thema Fußball und die spielerische Vermittlung von Grundlagen und Techniken. Dabei sollen kleine Spiel im Mittelpunkt stehen, die das Üben von Fertigkeiten mit einer hohen Motivation verbinden und nicht zur Strapaze werden lassen. <b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



Inklusion im Sport erleben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228704	25.06.22 Essen	25.05.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Wie Inklusion im Sport gelingen kann, wollen wir gemeinsam mit Sportler*innen mit und ohne Behinderung in dieser Fortbildung nicht theoretisieren, sondern zusammen bei Bewegung, Spiel und Sport erleben! Durch das Sammeln von praktischen Erfahrungen aus vielfältigen Sportarten und Sportspielen sowie durch das Kennenlernen von erfolgreichen Best-Practice-Inklusionsinitiativen erwerben wir Handlungssicherheit in heterogenen, inklusiven Settings. Auch die Frage 'Wie passt Rehabilitationssport und inklusive Sport-Konzepte' zusammen, wird uns in dieser Fortbildung beschäftigen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie, Psychiatrie</p>				

Boule für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228705	03.09.22 Essen	03.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die Teilnehmenden werden in das Spiel „Boule“ eingeführt. Neben einer Einführung durch Cross Boccia, werden die Regeln beim Boule erklärt, Techniken vorgestellt und erprobt, Trainingsmöglichkeiten erklärt, erarbeitet und durchgeführt. Dabei wird auf die besondere Eignung des Boule Spiels für Menschen mit einer geistigen Behinderung eingegangen, aber auch den möglichen Einsatz im Rehasport behandelt!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie, Psychiatrie</p>				

„Alte Spiele in neuer Verpackung“ – Spielebörse				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228706	24.-25.09.22 N.N.	24.08.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Jede Übungsleitung mit Erfahrung verfügt über ein Repertoire an Lieblingsspielen. Oft sind es alte Klassiker, die Teilnehmenden mit unterschiedlichem Assistenzbedarf präsentiert werden. Mit leichten Veränderungen der Ziele und der Didaktik/Methodik, sollen diese in neuem Gewand vermittelt und neue Spielideen gewonnen werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie, Neurologie</p>				

Kleine Spiele im Wasser für Anfänger*innen / Nichtschwimmer*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228707	30.10.22 Essen	30.09.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Theorie und Praxis zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung werden erarbeitet! Hierbei werden die Besonderheiten für Menschen mit einer geistigen Behinderung berücksichtigt. Kleine Spiele für Nichtschwimmer*innen werden vorgestellt, die zum Modell Anfänger*innenschwimmen passen!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				



Inklusion im Schwimmen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228708	06.11.22 Essen	06.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Theorie und Praxis zum inklusiven Schwimmen werden erarbeitet! Hierbei werden die Besonderheiten für Menschen mit einer geistigen Behinderung im inklusiven Schwimmsport berücksichtigt. Neben dem inklusiven Anfängerschwimmen gehen wir auf ein inklusives Schwimmtraining mit entsprechenden methodisch/didaktischen Prinzipien ein!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Spiel mit, Schlag auf! – Rückschlagspiele im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228709	19.11.22 Essen	19.10.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Unterschiedliche Trainings- und Wettkampfspielformen in Anlehnung an die Sportart Tischtennis stehen im Mittelpunkt dieser Fortbildung. Wir erproben zahlreiche, Tischtennis-nahe Bewegungsspiele für Anfänger*innen und Fortgeschrittene im Rehasport und thematisieren die Übertragbarkeit auf andere Rückschlagsportarten und verschiedene Materialbedingungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie, Psychiatrie</p>				

„Kinder an die Macht“ – Spielideen und Strukturhilfe für den Sport mit Kindern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228710	26.-27.11.22 N.N.	26.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Sport mit Kindern ist faszinierend und lebendig. Das ist sehr positiv zu bewerten, bedeutet für viele Übungsleitungen aber auch eine Herausforderung im gemeinsamen Umgang. Diese Fortbildung gibt Anregungen und Bewegungsideen für den Sport für Kinder mit und ohne Assistenzbedarf. Weiter soll den Kindern die Möglichkeit der Mitgestaltung eröffnet werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

## Block 80 – Psychiatrie

Achtsamkeit in Ruhe und Bewegung – Feldenkrais trifft Meditation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228801	15.-16.01.22 Arnsberg	15.12.21	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die Feldenkrais Methode schult die Bewusstheit für jegliches Tun durch das Mittel der Bewegung. Schulung der Meditation als die unmittelbare Wahrnehmung des Augenblicks der Zentriertheit auf das Jetzt. Wege der Persönlichkeitsentfaltung, sich, den eigenen Körper und die Welt, um einen herum achtsamer zu erleben und im Leben bewusster zu handeln.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie</p>				

Online – Fortbildung – Resilienz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228802	16.02.22 Online	16.01.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Resilienz – dieses Schlagwort geistert seit einiger Zeit durch die populärwissenschaftlichen Magazine und wird als das Allheilmittel gepriesen. Salutogenese, ein Gesundheitsmodell, ist der Vorläufer...Alter Wein in neuen Schläuchen? Was hat es damit auf sich? Wie sind die Wirkweisen? Wie ist der Bezug zum Rehasport? Und wie kann mir die Auseinandersetzung mit der eigenen Achtsamkeit bei der Bewältigung der aktuellen Lage helfen? Die Inhalte dieser Fortbildung sind sowohl auf der theoretischen als auch auf der praktischen Ebene: Definition, Genese, Forschungsergebnisse, State of the Art der Resilienzforschung. In 4 Lerneinheiten gibt es einen theoretischen und praktischen Einblick in das Thema und einen Transfer in den Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Elemente der Entspannung in der Rehasportgruppe durch Feldenkrais				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228803	19.02.22 Arnsberg	19.01.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Einführung und Erlernen von Übungen aus dem Bereich "Feldenkrais" zur Anwendung in Rehasportgruppen. Bewegung und Wahrnehmungsförderung. In verbal angeleiteten und aufmerksamen Bewegungsabläufen wird die Wahrnehmung verfeinert, Bewegungsmuster kennengelernt und die oft überraschende Möglichkeit von Veränderung erlebt. Auf indikationsspezifische Besonderheiten wird eingegangen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie</p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Elemente der Entspannung in der Rehasportgruppe durch Feldenkrais für Fortgeschrittene				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228804	05.-06.03.22 Arnsberg	05.02.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Vertiefung von vorhandenen Kenntnissen und Übungen aus dem Bereich "Feldenkrais" zur Anwendung in Rehasportgruppen. Intensive Selbsterfahrung und Umsetzung der Methode bei ausgewählten unterschiedlichen Indikationen. Für Fortgeschrittene Teilnehmer*innen am Rehasport  Voraussetzung: Nachweis des vorherigen Besuchs der Fortbildung „Feldenkrais“  <b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie</p>				

Waldgesundheit (Shinrin Yoku – Waldbaden)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228805	12.-13.03.22 Arnsberg	12.02.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Dass der Wald gesundheitsfördernde Wirkung besitzt, wissen wir schon lange. Man spürt es! Allein der Aufenthalt im Wald baut Stress ab, stärkt das Immunsystem verbessert die Schlafqualität und senkt Blutdruck und Zuckerwerte. Wie kann dies für den Rehasport nutzbar gemacht werden? Es erwartet Sie eine spannende und informative Mischung aus Theorie und Praxis der Waldgesundheit.  <b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Online-Fortbildung – Bewegung bei Angststörungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228806	18.05.22 Online	18.04.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Sport und Bewegung bei Angststörungen im Rehasport  Was versteht man unter Angststörungen? Anzeichen und Symptome, Risikofaktoren, Fachpersonen – wer kann helfen? Behandlungsmöglichkeiten, Sport, Bewegung und Entspannung – Wirkweisen und State of the Art, Sinnvolle Schwerpunkte im Rehasport – Erarbeitung einer exemplarischen Übungseinheit. Angststörungen sind, noch vor der Depression, die häufigste psychische Erkrankung. In 4 Lerneinheiten gibt es einen theoretischen und praktischen Einblick in das Thema und einen Transfer in den Rehasport.  <b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Naturesport – Gesundheitswandern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228807	21.-22.05.22 Arnsberg	21.04.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Wandern – altbekannt und bewährt und aktuell im Trend wie nie! Wie können die nachgewiesenen vielfältigen gesundheitsfördernden Wirkweisen des Wanderns für den Rehasport genutzt und umgesetzt werden?  <b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Online-Fortbildung – Bewegung bei Depression				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228808	08.06.22 Online	08.05.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Sport und Bewegung als Medium zur Aktivierung bei Menschen mit Depressionen im Rehasport.  Was versteht man unter Depression? Anzeichen und Symptome, Bipolare Störung, Risikofaktoren, Fachpersonen – wer kann helfen? Behandlungsmöglichkeiten, Sport und Bewegung – Wirkweisen und State of the Art. Sinnvolle Schwerpunkte im ambulanten Rehasport – Erarbeitung einer exemplarischen Übungseinheit. In 4 Lerneinheiten gibt es einen theoretischen und praktischen Einblick in das Thema und einen Transfer in den Rehasport.  <b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Das Körperschema der Angst				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228809	13.-14.08.22 Arnsberg	13.07.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> ...dieser Begriff wurde von Moshé Feldenkrais geprägt. In dieser Fortbildung sprechen wir über Emotionen. Und über gesundheitsschädigende Strukturen, welche durch Ängste und Depressionen ausgelöst werden können. Wir erarbeiten praktische Beispiele, wie wir mit unserem Medium Sport und Bewegung das Körperschema der Angst positiv beeinflussen und sanft aufbrechen können. Und wie dieses im Rehasport eingesetzt werden kann. Angststörungen sind die häufigste psychiatrische Störung. Noch vor der Depression.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie</p>				

Resilienz und Feldenkrais				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228810	20.-21.08.22 Arnsberg	20.07.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Resilienz, das Allheilmittel? Salutogenese, ein Gesundheitsmodell, ist der Vorläufer. Was hat es damit auf sich? Wie sind die Wirkweisen? Wie ist der Bezug zur eigenen Psychohygiene in der Tätigkeit als Übungsleitung und im Alltag? Feldenkrais – eine Methode bei der es um Veränderung durch bewusstes Bewegen geht. Eine naturwissenschaftlich geprägte Methode, begründet durch Dr. Moshé Feldenkrais, einem Physiker. Die Methode besticht durch Klarheit und (Selbst-)Wirksamkeit und macht einfach Spaß. Einzige Voraussetzung: Neugierde, denn es gibt im eigenen Körper viel Neues zu entdecken und wahrzunehmen. Ein Übertrag auf Stundenbilder im Rehasport wird erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie</p>				

Naturesport – Gesundheitswandern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228811	24.-25.09.22 Arnsberg	24.08.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Wandern – altbekannt und bewährt und aktuell im Trend wie nie! Wie können die nachgewiesenen vielfältigen gesundheitsfördernden Wirkweisen des Wanderns für den Rehasport genutzt und umgesetzt werden?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Entspannung mit PMR und AT – die Klassiker neu aufgelegt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228812	22.-23.10.22 Arnsberg	22.09.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Die altbewährten Methoden im neuen Gewand. Spezielle formelhafte Vorsatzbildung und Umsetzung für die Rehasportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Online-Fortbildung – Autogenes Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228813	16.11.22 Online	16.10.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Autogenes Training im Rehasport – Schwerpunkt formelhafte Vorsatzbildung Die Entspannungsmethode Autogenes Training nach J.H. Schultz ist ein absoluter Klassiker. Meist wird ausschließlich die sogenannte Grundstufe mit den Ruhe- und Organformeln angewendet. Gerade im Sport und besonders im Rehasport ist allerdings auch die Anwendung der Unterstufe ausgesprochen sinnvoll. In dieser praxisbetonten Fortbildung erarbeiten Sie ihre persönliche „formelhafte Vorsatzbildung“ und deren Einsatz zur Bewältigung kleinerer oder größerer Problemstellungen oder zur Unterstützung von Vorsätzen. Der Transfer in den Rehasport wird durch eine formelhafte Vorsatzbildung für ihre Rehasportgruppe geleistet. Es gibt Formulierungshilfen und viele Beispiele für allgemein oder speziell wirksame Formeln. Meine aktuelle Lieblingsformel ist „Bleib negativ.“ In 4 Lerneinheiten gibt es einen theoretischen und praktischen Einblick in das Thema und einen Transfer in den Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin</p>				

NW

E-Learning



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



Online-Fortbildung – Entspannung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228814	07.12.22 Online	07.11.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Autogenes Training im Rehasport – Schwerpunkt formelhafte Vorsatzbildung  
Die Entspannungsmethode Autogenes Training nach J.H. Schultz ist ein absoluter Klassiker. Meist wird ausschließlich die sogenannte Grundstufe mit den Ruhe- und Organformeln angewendet. Gerade im Sport und besonders im Rehasport ist allerdings auch die Anwendung der Unterstufe ausgesprochen sinnvoll. In dieser praxisbetonten Fortbildung erarbeiten Sie ihre persönliche „formelhafte Vorsatzbildung“ und deren Einsatz zur Bewältigung kleinerer oder größerer Problemstellungen oder zur Unterstützung von Vorsätzen. Der Transfer in den Rehasport wird durch eine formelhafte Vorsatzbildung für ihre Rehasportgruppe geleistet. Es gibt Formulierungshilfen und viele Beispiele für allgemein oder speziell wirksame Formeln. Meine aktuelle Lieblingsformel ist „Bleib negativ.“  
In 4 Lerneinheiten gibt es einen theoretischen und praktischen Einblick in das Thema und einen Transfer in den Rehasport.  
**Zielgruppe:** Psychiatrie, Orthopädie, Innere Medizin

## Blöcke 30-80 – profilübergreifend



Online-Fortbildung – Profil Psychiatrie – Ein Thema für mich, meine Gruppen und meinen Verein ?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228201	23.03.22 Online	23.02.22	4	30,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Eine Fortbildung zur Information, zum Abbau von Vorurteilen und zum Auflösen von Stigmata. Gerade in diesen Zeiten ist ein achtsamer Umgang mit dem eigenen Seelenleben überlebenswichtig. Die Floskel vom Brennglas der Pandemie passt auch hier: die Menschen gehen immer häufiger wegen psychischer Beschwerden in die Krankheit oder gar in den vorzeitigen Ruhestand. Und dies wird in der Zukunft voraussichtlich noch massiver...  
Wir können mit unseren Mitteln Bewegung und Sport auch hier, im ambulanten Rehasport, am Ende der Rehakette, hilfreich unterstützen.  
Eine Fortbildung zur Information, zum Abbau von Vorurteilen und zum Auflösen von Stigmata. Gerade in diesen en ist ein achtsamer Umgang mit dem eigenen Seelenleben überlebenswichtig. Die Floskel vom Brennglas der Pandemie passt auch hier: die Menschen gehen immer häufiger wegen psychischer Beschwerden in die Krankheit oder gar in den vorzeitigen Ruhestand. Und dies wird in der Zukunft voraussichtlich noch massiver...  
Wir können mit unseren Mitteln Bewegung und Sport auch hier, im Rehasport, am Ende der Rehakette, hilfreich unterstützen.  
Die Bedarfslage an Rehasportgruppen im Profil Psychiatrie wächst stetig und bedarf daher weitere Übungsleitungen. Diese Fortbildung soll bei der Entscheidung unterstützen und Klarheit schaffen: ist die Ausbildung zur Übungsleiter\*in im Profil Psychiatrie etwas für mich? Wo sind die Berührungspunkte von meinen aktuellen Rehasportgruppen zum Profil Psychiatrie und gibt es Berührungspunkte von psychiatrischen Erkrankungen zu meiner Lebenswelt?  
In 4 Lerneinheiten gibt es einen Einblick in das Thema, die Ausbildung und die spannenden Krankheitsbilder wie Depression, Psychose, Persönlichkeitsstörung, Sucht...  
...und, wie gehe ich in die Akquise und stelle dieses, leider noch schwierige Thema im Verein vor?  
**Zielgruppe:** profilübergreifend

Traditionelle Spiele (Prellball + Bosseln)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228202	21.05.22 N.N.	21.04.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Den Spaß an traditionellen Spielen finden und weitergeben durch learning by doing und Regelkunde. Dieses kann dann an Menschen jeden Alters und mit und ohne Behinderung weitergegeben werden. Die Sportarten und Übungen dazu bieten sich auch für die Integration in die Rehasportstunde an.  
**Zielgruppe:** ÜL-C Breitensport-Behindertensport, profilübergreifend

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Kanu mit und für Menschen mit Behinderung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228203	18.-19.06.22 Herne	18.05.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Der Trend sich OUTDOOR zu aktivieren, gehört auch in den Bereich des Behindertensports. Am und auf dem Wasser stehen uns Mittel und Wege zur Verfügung sich zu verwirklichen und zu beweisen. Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleitungen, die nur wenig oder noch gar keine Erfahrung im Kanusport haben. Es werden die Grundlagen und die Möglichkeiten das Kanu für die jeweilige Zielgruppe einzusetzen erarbeitet.

**Zielgruppe:** ÜL-C Breitensport-Behindertensport, profilübergreifend

## Traditionelle Spiele (Faustball + Bosseln)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228204	25.06.22 Hagen	25.05.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Den Spaß an traditionellen Spielen finden und weitergeben durch learning by doing und Regelkunde. Dieses kann dann an Menschen jeden Alters und mit und ohne Behinderung weitergegeben werden. Die Sportarten und Übungen dazu bieten sich auch für die Integration in die Rehasportstunde an.

**Zielgruppe:** ÜL-C Breitensport-Behindertensport, profilübergreifend

## Traditionelle Spiele (Flugball + Bosseln)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228205	30.07.22 N.N.	30.06.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Den Spaß an traditionellen Spielen finden und weitergeben durch learning by doing und Regelkunde. Dieses kann dann an Menschen jeden Alters und mit und ohne Behinderung weitergegeben werden. Die Sportarten und Übungen dazu bieten sich auch für die Integration in die Rehasportstunde an.

**Zielgruppe:** ÜL-C Breitensport-Behindertensport, profilübergreifend

## Halt dich fit und gesund!

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228206	06.-07.08.22 Neuastenberg	06.07.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** Dieses Angebot richtet sich an alle Übungsleitungen, die etwas für sich selbst tun möchten und ihre gewonnen Erfahrungen in ihre Rehagruppen einbringen möchten. In Bezug auf die eigene psychosoziale Gesundheit werden verschiedene Sport- und Bewegungsangebote im Outdoor- und Hallenbereich vorgesellt und erprobt. Es wird eine Mountainbike Tour von ca. 5 Stunden angeboten, Klettern im Kletterpark, Wandern und verschiedene Entspannungsarten werden vorgestellt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Besonderheiten: Bitte bei der Anmeldung mitangeben, ob ein eigenes Mountainbike vorhanden ist. Es besteht die Möglichkeit, Räder gegen eine Leihgebühr von ca. 25 € zu leihen (E-Bikes etwas teurer). Bitte eigenen Helm mitbringen. Zusatzkosten für den Eintrittspreis Kletterpark.

## Tanzen mit Menschen mit Behinderung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228207	19.-20.11.22 Duisburg	19.10.22	16	80,- Vereine Tarif A / 110,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 160,- Externe

**Beschreibung:** In Praxis und Theorie werden Methodik und Didaktik ausgewählter Tänze, Tanz- und Musikstile, Koordinations-, Bewegungs- und Rhythmusübungen vorgestellt. Es werden kleine Tänze unter Beachtung der behinderungsspezifischen Besonderheiten, insbesondere in den Bereichen Menschen mit geistiger Behinderung, Rollstuhlfahrer\*innen, Menschen mit Sehbehinderung und Menschen mit Demenz und das Umarbeiten der Tänze auf die jeweilige Behinderungsform vermittelt und erlernt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Sportlichkeit im 3/4 Takt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228208	11.12.22 Hennef	11.11.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Durch das langsame Tempo der Musik im 3/4 Takt wird man emotional berührt. Das kann auch bei den Rehabilitationssportler\*innen zum Abbau von psychosomatischen Beschwerden, aber auch zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und des Körpergefühls, Stärkung der Muskulatur, Entspannung für Körper und Geist und Förderung des Selbstbewusstseins und der kreativen Gruppendynamik führen. In der Fortbildung werden unterschiedliche Einsatzmöglichkeiten des  $\frac{3}{4}$  Taktes im Rehasport erarbeitet. Durch das langsame Tempo der Musik 3/4 Takt wird man emotional berührt, als absolut sicher und für alle Rehabilitationssportler\*innen geeignet. Abbau von psychomatischen Beschwerden,verbesserung der Körperwahrnehmung u des Körpergefühls,Starkung der Muskelatur, Entspannung für Körper u Geist und Förderung des Selbstbewußtseins u der Kreativen Gruppendynamik  
**Zielgruppe:** profilübergreifend

PAVK-Betroffene und Diabetiker*innen motivieren zum Rehasport mit attraktiven Spiel- und Bewegungsformen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228209	01.04.22 Düren	01.03.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Diabetes und PAVK – wie kann ich die Betroffenen zum Rehasport und zu Bewegung motivieren, worauf muß ich als Übungsleitung achten, welche Inhalte und Übungen sind besonders wichtig? Wie sehen motivationsfördernde Spiel- und Bewegungsformen aus und welche Kontraindikationen sind zu berücksichtigen? Diese und weitere Fragen zum Thema werden in der Fortbildung erarbeitet.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend

Para-Badminton für alle				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228210	19.02.22 Dortmund	19.01.22	8	40,- Vereine Tarif A / 55,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 80,- Externe

**Beschreibung:** Vom Freizeitsport Federball bis zum Leistungssport. Para-Badminton bietet Rollstuhlfahrer\*innen, Fußgänger\*innen mit Behinderung, Kleinwüchsigen oder auch Menschen mit geistiger Behinderung die Möglichkeit zu gemeinsamer sportlicher Aktivität. Im Lehrgang werden:

- Hand-Augen Koordination
- Reaktion / Koordination
- verschiedene Spielvarianten
- Inklusion und Teamgeist
- Theorie und vieles mehr vermittelt

Wer hat bringt einen Schläger und/oder seinen Sportrollstuhl mit.  
**Zielgruppe:** profilübergreifend, ÜL C Breitensport-Behindertensport

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung

Online - Sportabzeichen-Prüfer*innen-Lehrgang Teil 1				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228901	23.02.22 Online	23.01.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
NW-228902	23.03.22 Online	23.02.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
NW-228904	25.05.22 Online	25.04.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Menschen mit Behinderungen (MmB) können das Deutsche Sportabzeichen erwerben und aus einem eigenen Leistungskatalog ihre Disziplinen auswählen. Um den Erwartungen und Bedürfnissen dieser Interessenten gerecht werden zu können, ist es erforderlich, dass die DSA-Prüfer\*innen durch diese Qualifizierungsmaßnahme Kenntnisse über die spezifischen Leistungs-Anforderungen und Abnahmebedingungen für Menschen mit Behinderungen erlangen und diese in der Praxis anwenden. Die Organisation und Durchführung von Training und Prüfung sind weitere wichtige Aspekte bei der genannten Zielgruppe. Diese beinhalten auch die Sensibilisierung und Werbung für das Deutsche Sportabzeichen.

**Zielgruppe:** Ausschließlich bereits tätige DSA-Prüfer\*innen, die ihre bestehende/n Prüfberechtigung/en um die Abnahme für Menschen mit Behinderungen erweitern möchten.

**Lehrgangsvoraussetzung:** Mitglied im Sportverein, aktive\*r Prüfer\*in. Verlängerung des DSA-Prüfer\*in-Ausweises: Mit dieser Fortbildung kann der bestehende Sportabzeichen-Prüfer\*in-Ausweis um weitere vier Jahre für die dort eingetragene/n Sportart/en verlängert werden.“

Die 4 LE dieser Online-Fortbildung und die 4 LE der Präsenz-Fortbildung können als ein Modul zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt werden. Der BRSNW erkennt diese Fortbildung auch zur Verlängerung der Lizenz ÜL B Sport in der Rehabilitation an.



Sportabzeichen-Prüfer*innen-Lehrgang Teil 2				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228903	02.04.22 Duisburg	02.03.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe
NW-228905	18.06.22 Duisburg	18.05.22	4	30,- Vereine Tarif A / 40,- andere LV, Koop, außerord. Vereine / 60,- Externe

**Beschreibung:** Menschen mit Behinderungen (MmB) können das Deutsche Sportabzeichen erwerben und aus einem eigenen Leistungskatalog ihre Disziplinen auswählen. Um den Erwartungen und Bedürfnissen dieser Interessenten gerecht werden zu können, ist es erforderlich, dass die DSA-Prüfer\*innen durch diese Qualifizierungsmaßnahme Kenntnisse über die spezifischen Leistungs-Anforderungen und Abnahmebedingungen für Menschen mit Behinderungen erlangen und diese in der Praxis anwenden. Die Organisation und Durchführung von Training und Prüfung sind weitere wichtige Aspekte bei der genannten Zielgruppe. Diese beinhalten auch die Sensibilisierung und Werbung für das Deutsche Sportabzeichen.

**Zielgruppe:** Ausschließlich bereits tätige DSA-Prüfer\*innen, die ihre bestehende/n Prüfberechtigung/en um die Abnahme für Menschen mit Behinderungen erweitern möchten.

**Lehrgangsvoraussetzung:** Mitglied im Sportverein, aktive\*r Prüfer\*in. Verlängerung des DSA-Prüfer\*in-Ausweises: Mit dieser Fortbildung kann der bestehende Sportabzeichen-Prüfer\*in-Ausweis um weitere vier Jahre für die dort eingetragene/n Sportart/en verlängert werden.“

Die 4 LE dieser Präsenz-Fortbildung und die 4 LE der Online-Fortbildung können als ein Modul zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt werden. Der BRSNW erkennt diese Fortbildung auch zur Verlängerung der Lizenz ÜL B Sport in der Rehabilitation an.



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Angebote mit Kooperationspartner\*innen

Mit Fortbildungen in Kooperation mit Bündeln und Verbänden in NRW verstärkt der Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW e. V. seine regionalen Qualifizierungsangebote. Als Ziel der Kooperationen wird angestrebt für Übungsleiter\*innen in möglichst vielen Regionen in NRW wohnortnahe und abwechslungsreiche Fortbildungen zum Wohle von Menschen mit oder mit drohender Behinderung oder chronischer Erkrankung anzubieten.

### KSB Borken e. V.

Krafttraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228508	26.-27.02.22 Borken	26.01.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Schwerpunkt der Fortbildung ist ein funktionelles Ganzkörpertraining im Bereich der Kraftausdauer mit und ohne Kleingeräte. Sie beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Erlerne, wie du durch die Nutzung von Musik neue Aspekte zur Motivation in deine Rehasportgruppe einbringst. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				
Funktionelle Übungen im Rehasport spielerisch verpackt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228510	12.-13.03.22 Borken	12.02.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Der Einsatz funktioneller Übungen im Rehasport ist eine Selbstverständlichkeit. Aber wie können diese spielerisch verpackt werden, um die Eigenmotivation der Teilnehmenden zu steigern und Abwechslung in das Rehasportangebot zu bringen? Ziel ist es, dass Bewegungsangebote dem funktionellen Anspruch gerecht werden und zugleich soziale und psychische Komponenten fördern. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				
Klassische Wirbelsäulengymnastik trifft Yoga				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228515	21.-22.04.22 Borken	21.03.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Wie lassen sich die klassischen Inhalte der Wirbelsäulengymnastik mit verschiedenen Yogaelemente sinnvoll verbinden? Die Fortbildung beschäftigt sich in Theorie und Praxis genau mit dieser Fragestellung, um den Rehasport abwechslungsreich zu gestalten. Es werden fließende-dynamische Bewegungsfolgen in Verbindung mit bewusster Atmung erarbeitet. Ziele: Die Teilnehmenden erweitern und vertiefen ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung der übergeordneten und individuellen Rehabilitationsziele. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Fit im Sitzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228516	06.05.22 Borken	06.04.22	8	59,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Inhalte: Auch wer nicht mehr so flott auf den Beinen ist, kann durch Aktivierung und Bewegung im Sitzen noch viel Lebensqualität gewinnen. Inhaltlich wird ein attraktives Kraft- und Mobilitätstraining speziell für Hochaltrige im Rehabilitationssport vermittelt. Es werden verschiedene Bewegungsformen für ausgewählte Indikationen der Orthopädie vorgestellt. Insbesondere Alltagsmaterialien aber auch kleine Handgeräte finden dort ihre Anwendung. Moderate Bewegungstänze ergänzen das Angebot. Ziele: Die Teilnehmenden erweitern und vertiefen ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung der übergeordneten und individuellen Rehabilitationsziele. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

„Spiraldynamik® – die zwölf Grade der Freiheit“ – Kunst und Wissenschaft menschlicher Bewegungskoordination				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228517	07.-08.05.22 Borken	07.04.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Die menschliche Bewegungskoordination beruht auf spiralförmigen, rhythmischen und rotierenden Bewegungsmustern, die insbesondere im Faszientraining oder Pilates gefördert werden. Ziel dieser Fortbildung ist es, das dynamische Gleichgewicht des Körpers vor dem Hintergrund anatomischer Kenntnisse in Bewegung verständlich und praxisorientiert zur Umsetzung in Rehasportangeboten (z. B. in der Geh- oder Rückenschul) darzustellen. Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse der Strukturen der 'großen' Gelenke (Wirbelsäule, Fuß, Knie, Hüfte, Schulter). Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Gesundheitspaket im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228519	21.-22.05.22 Borken	21.04.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Gymnastik im Herzsport zielgerichtet und abwechslungsreich gestalten. Inhalte sind: Gymnastik mit und ohne Partner*in, Gymnastik mit und ohne Gerät (Flexibar, Theraband, Balance-Geräte, Pezziball, Pilatesball), Gymnastik in der Kleingruppe, Übungen zur Koordination und Kraft für die Alltagsbewältigung sowie Notfallmanagement.</p> <p>Ziel ist die Entwicklung eines attraktiven und funktionellen Bewegungsprogramms zur Umsetzung in der Rehasportstunde. Die Teilnehmenden erweitern und vertiefen ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung der übergeordneten und individuellen Rehabilitationsziele. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Aus dem Alltag für den Alltag – Funktionelles Training für Knie und Hüfte

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228524	13.-14.08.22 Borken	13.07.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Beschreibung:** Das Augenmerk liegt auf speziellen Bewegungsangeboten für Knie- und Hüft-Geschädigte, die den betroffenen Teilnehmenden helfen, sich sicherer und stabiler im Alltag zu bewegen. Es werden methodische Reihen zu den Themen Koordination (u. a. Sturzprophylaxe, Gangschule) und funktionelle Gymnastik angeboten. Über die Inhalte der Fortbildung erweitern und vertiefen die Übungsleiter\*innen ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung übergeordneter und individueller Rehabilitationsziele. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an [bildungswerk@ksb-borken.de](mailto:bildungswerk@ksb-borken.de) oder online unter [www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/) senden.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Anmeldelink:** [www.sportbildungswerk-nrw.de/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/)

## Rehasport im Wasser attraktiv gestalten

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228526	27.-28.08.22 Benediktushof Reken	27.07.22	16	115,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Beschreibung:** Die Gestaltung eines attraktiven Aquafitnessangebots mit und ohne Kleingeräte steht im Mittelpunkt dieser Fortbildung. Welche Inhalte eignen sich zur Umsetzung im Rehasport hinsichtlich unterschiedlicher Indikationen und in Hinblick auf die Förderung der Rehabilitationsziele? Dabei werden theoretische Grundlagen zur Gestaltung von Übungseinheiten mit einem besonderen Augenmerk auf ein Kraft- bzw. Kraftausdauertraining im Wasser behandelt sowie passende Übungsformen erarbeitet. Über die Inhalte der Qualifizierung vertiefen und erweitern die Teilnehmenden ihre Handlungskompetenzen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an [bildungswerk@ksb-borken.de](mailto:bildungswerk@ksb-borken.de) oder online unter [www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/) senden.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Anmeldelink:** [www.sportbildungswerk-nrw.de/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/)

## „Alles – nur nicht liegen“ – das Übungsrepertoire erweitern

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228527	03.-04.09.22 Borken	03.08.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Beschreibung:** Übungen kennen wir reichlich, aber ohne Rückenlage? Wir stellen uns dieser Herausforderung, entwickeln und erarbeiten die 'neue' Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Wissen der Anatomie und lernen Möglichkeiten zur Entspannung kennen und schätzen. Ziel ist es, die eigenen Handlungskompetenzen hinsichtlich der spezifischen Indikationen zu erweitern und zu vertiefen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an [bildungswerk@ksb-borken.de](mailto:bildungswerk@ksb-borken.de) oder online unter [www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/) senden.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Anmeldelink:** [www.sportbildungswerk-nrw.de/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/)

## Mit – auf – über – unter – neben dem Ball: Redondo- und Pezzi-Fit-Bälle vielfältig und kreativ eingesetzt

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228532	16.09.22 Borken	16.08.22	8	59,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Beschreibung:** Durch ein breit gefächertes Übungsrepertoire bringen Übungsleitungen Abwechslung in ihre Rehasportstunde. Dazu bedarf es meist nicht vieler verschiedener Materialien, sondern ausreichend vieler Ideen zum vielfältigen Einsatz von wenigen Materialien. Der Schwerpunkt der Fortbildung liegt hierbei auf Redondo- und Pezzi-Fit-Bällen, die in ihren spezifischen Eigenschaften sehr vielfältig eingesetzt werden. Ziel ist die Erweiterung des eigenen Übungsrepertoires sowie der Handlungskompetenzen der Übungsleitungen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an [bildungswerk@ksb-borken.de](mailto:bildungswerk@ksb-borken.de) oder online unter [www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/) senden.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Anmeldelink:** [www.sportbildungswerk-nrw.de/](http://www.sportbildungswerk-nrw.de/)

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Bewegte Anatomie / Angewandte Anatomie (Muskel-Skelett-System)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228533	17.-18.09.22 Borken	17.08.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Die Motorik des menschlichen Körpers basiert auf komplexen Zusammenhängen, die auf anatomisch-physiologischen Grundlagen beruhen. Im Sport spricht man von Funktioneller Gymnastik oder Functional Training, wenn man diese anatomischen Grundlagen beachtet. Der Fokus dieser Fortbildung liegt daher auf der Anatomie und dem Zusammenspiel der Muskeln, Faszien, Knochen und Gelenke. Ziel ist die Entwicklung eines attraktiven und funktionellen Bewegungsprogramms zur Umsetzung in der Rehasportstunde. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Gutes für die Gelenke				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228535	13.-14.10.22 Borken	13.09.22	15	99,- Mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Unsere Gelenke als bewegliche Verbindung zwischen zwei oder mehreren knöchernen Skelettelementen bieten unserem Körper zusammen mit Muskeln, Sehnen und Bändern eine Vielzahl an Bewegungsmöglichkeiten. Sie sind im Alltag aber auch hohen Belastungen ausgesetzt. Durch gezielte und bewusste Bewegungen können wir unsere Gelenke vor Überlastung schützen. In dieser Fortbildung werden hierzu passende Übungsformen vorgestellt und erarbeitet. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

„Fit im Kopf und in den Beinen“ – Attraktives Koordinationstraining und Gehirntaining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228538	05.-06.11.22 Borken	05.10.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Koordinations- und Gedächtnistraining sinnvoll und ansprechend in die Übungsstunde integrieren. Mit dem Fokus auf Besonderheiten und Ressourcen der Betroffenen. Ein Angebot zur Verbesserung der Gehirnaktivität, mit kognitiven Herausforderungen, die aber gleichzeitig die soziale und psychische Komponente berücksichtigt. Es werden methodische Spiel- und Übungsreihen zum Koordinations- und Gedächtnistraining mit und ohne Kleingeräte und in unterschiedlichen Organisationsformen vermittelt. Ziele: Förderung der körperlichen und geistigen Fitness, gezielte Übungsprogramme zur Gestaltung der Rehasportstunde. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Gymnastik im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228548	29.-30.07.22 Borken-Weseke	29.06.22	15	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Gymnastik im Herzsport zielgerichtet und abwechslungsreich gestalten. Inhalte sind: Gymnastik mit und ohne Partner*in, Gymnastik mit und ohne Gerät (Flexibar, Theraband, Balance-Geräte, Pezziball, Pilatesball, Hanteln), Gymnastik in der Kleingruppe, Übungen zur Koordination und Kraft für die Alltagsbewältigung. Notfallmanagement. Ziel ist die Entwicklung eines attraktiven und funktionellen Bewegungsprogramms zur Umsetzung in der Rehasportstunde. Die Teilnehmenden erweitern und vertiefen ihre Handlungskompetenzen im Hinblick auf die Förderung der übergeordneten und individuellen Rehabilitationsziele. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldungen bitte direkt an das Sportbildungswerk im KSB Borken, Hoher Weg 19-21, 46325 Borken, oder per Mail an <a href="mailto:bildungswerk@ksb-borken.de">bildungswerk@ksb-borken.de</a> oder online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/">www.sportbildungswerk-nrw.de/borken/</a> senden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.sportbildungswerk-nrw.de/">www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Stadtsporbund Dortmund e. V.

Inklusion bei Kindern und Jugendlichen mit Behinderung durch Trendsportarten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228520	11.06.22 Dortmund	11.05.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> In der Fortbildung werden inklusive Angebote vorgestellt und Möglichkeiten aufgezeigt, die eigenen, bestehenden Gruppen für Kinder und Jugendliche mit Behinderung zu öffnen bzw. neue aufzubauen. Im Fokus stehen neue Sportarten und Trendsetter sowie ein kurzer Einblick in die Krankheitsbilder und Behinderungsformen der Kinder und Jugendlichen, die in inklusiven Gruppen auftauchen. Sportarten wie Tauchen, Klettern, Trampolinspringen, aber auch Biken werden teilweise sehr praktisch dargestellt. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den SSB Dortmund, Beurhausstr. 16-18, 44137 Dortmund</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Geistige Behinderung</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ssb-do.de">www.ssb-do.de</a></p>				

Pilates bei Wirbelsäulenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228536	05.-06.11.22 Dortmund	05.10.22	15	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> In der Fortbildung werden die Prinzipien der Pilates-Methode vorgestellt und die Anwendungsmöglichkeiten sowie Grenzen von Pilates bei Wirbelsäulenerkrankungen erfahren. Es findet eine Auffrischung der Krankheitsbilder statt. Außerdem werden Pilates-Übungen vorgestellt und erlernt, die in Rehabilitationssportgruppen eingesetzt werden können. Eine Übertragung der Prinzipien der Pilates-Methode auf bekannte Übungen findet statt, so dass die Übungsleiter*innen kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den SSB Dortmund, Beurhausstr. 16-18, 44137 Dortmund</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ssb-do.de">www.ssb-do.de</a></p>				

## Sportbund Rhein-Kreis Neuss e. V.

Das Triple: Kraft-Ausdauer und Yoga Balanced im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228501	08.-09.01.22 Kaarst	08.12.21	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Eine gute Kombination aus sanftem Krafttraining, gekoppelt mit zielgruppenspezifischer Ausdauer und einzelne, auch für Einsteiger*innen, geeignete Yogaübungen bilden die Inhalte mit dem Ziel, einzelne Übungen und Bewegungsformen in die Rehasportstunde zu integrieren. Das Notfallmanagement und praktische Übungen zu Notfallsituationen ergänzen die Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Herzsport ohne Geräte und mit Alternativen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228502	15.-16.01.22 Grevenbroich	15.12.22	16	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Was benötigt man alles für ein effektives Herzsporttraining? – Nichts! Ohne Geräte und mit Alternativen wie einem Handtuch und Plastikflaschen trainieren wir den gesamten Körper effektiv und effizient. Mit wenig Aufwand und viel Spaß wird aufgewärmt, gekräftigt, mobilisiert und entspannt mit dem Ziel, ein gutes Repertoire an Stundenideen mit nach Hause zu nehmen. Daneben wird das Notfallmanagement durchgenommen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Der Atem – Mehr Luft für die Lunge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228503	23.01.22 Neuss	23.12.21	8	59,-/62,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Bei sportlicher Betätigung spielt die richtige Atemtechnik eine wichtige Rolle, da der Körper dann optimal für die Belastung versorgt werden kann. Im Vordergrund steht die Physiologie der Atmung und die Vorstellung verschiedener Atemtechniken, die bei Bewegung und Meditation Anwendung finden. So können eine fließende Atmung und deren positive Auswirkung auf Körper und Seele, ein Wohlfühl und Achtsamkeit geschult werden. Das Notfallmanagement ergänzt die Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Faszientraining im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228504	30.01.22 Grevenbroich	30.12.21	8	59,-/62,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Oft können Bewegungsschmerzen Sie ganz schön ausbremsen. Die Ursache sind häufig verklebte Faszien. Faszien stabilisieren und formen unseren Körper und brauchen, genau wie Muskeln, regelmäßiges Training. Nach einer theoretischen Einführung wird gezeigt, wie Sie ihre Faszien dehnen, nähren und geschmeidig halten. Es werden Trainingsinhalte für unterschiedliche Körperabschnitte und Beschwerdebilder genauso vermittelt wie das Notfallmanagement. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Achtsames Yoga zur Entspannung & Regeneration				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228505	05.-06.02.22 Neuss	05.01.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Immer mehr Menschen sehnen sich danach, Momente der Ruhe, des Innehaltens und des sich selbst wieder Spürens zu erleben. Die Fortbildung gibt einen Einblick, wie Sie mit Yoga und Meditation aus der Alltagshektik aussteigen können. Eine Mischung aus fließenden Yoga Bewegungen und Yin Yoga (passive Körperpositionen) sowie Atem-Meditationsübungen sollen helfen, ganz gelassen den Alltag zu genießen. Weiterhin wird das Notfallmanagement in die Fortbildung integriert. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Ausdauer & Ernährung im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228506	12.-13.02.22 Grevenbroich	12.01.22	16	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Zunehmendes Gesundheitsbewusstsein fördert auch im Herzsport immer häufiger die Frage nach der richtigen Ernährung. Die Teilnehmenden werden befähigt, die Fortbildungsinhalte zielgruppenspezifisch anzuwenden. Vorwiegend teilnehmenden orientiertes Arbeiten und Eingehen auf die Bedürfnisse der Betroffenen. Notfallmanagement, Grundkenntnisse der Ernährung, Zusammenhang von Sport und Ernährung, Strategien der Gewichtsreduktion, Förderung von integrativen Bewegungseinheiten, Bewusstmachen einer gesunden Lebensweise sind die Inhalte der Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Das Triple: Kraft-Ausdauer und Yoga Balanced im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228507	19.-20.02.22 Kaarst	19.01.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Eine gute Kombi aus sanftem Krafttraining, gekoppelt mit zielgruppenspezifischer Ausdauer und einzelne, auch für Einsteiger*innen, geeignete Yogaübungen bilden die Inhalte mit dem Ziel, einzelne Übungen und Bewegungsformen in die Rehasportstunde zu integrieren. Das Notfallmanagement und praktische Übungen zu Notfallsituationen ergänzen die Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Asia Relax im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228518	21.-22.05.22 Neuss	21.04.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung geht es um den Einfluss ostasiatischer Philosophien in Rehasportgruppen. Aus Yoga, Tai Chi/Qigong, Thai-Massage u. a. wird ein Potpourri vorgestellt, mit dem Ziel Entspannungsmethoden und fließende Bewegungstechniken sinnvoll zur Entspannung und Regeneration in die Rehasportstunde zu integrieren. Das Notfallmanagement ergänzt die Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Das Triple: Kraft-Ausdauer und Yoga Balanced im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228522	18.-19.06.22 Kaarst	18.05.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Eine gute Kombination aus sanftem Krafttraining, gekoppelt mit zielgruppenspezifischer Ausdauer und einzelne, auch für Einsteiger*innen, geeignete Yogaübungen bilden die Inhalte mit dem Ziel, einzelne Übungen und Bewegungsformen in die Rehasportstunde zu integrieren. Das Notfallmanagement und praktische Übungen zu Notfallsituationen ergänzen die Fortbildung. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Sturzprophylaxe in der Orthopädie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228523	27.-28.06.22 Kaarst	27.05.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Sturzrisiken minimieren, sowie fit und sicher mit dem Alltag umgehen sind die Schwerpunkte an diesem Fortbildungswochenende.</p> <p>Neben einem gezielten Bewegungstraining für ausgewählte Indikationen der Orthopädie und der Inneren Medizin beschäftigen wir uns mit den neurologischen (Begleit-)Erkrankungen die häufig zu Stürzen führen können sowie dem Notfallmanagement. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Entspannung & Meditation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228525	20.-21.08.22 Neuss	20.07.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Dem Stress entkommen durch Achtsamkeit und Entspannung. Der Lehrgang gibt einen Einblick, wie Sie mit Achtsamkeit und Entspannungstechniken aus der Alltagshektik aussteigen können. Unter Berücksichtigung und Umsetzung von Rehasportzielen werden Übungen und Bewegungsprogramme vermittelt, welche Sie in den Rehasport integrieren können, damit Sie ganz gelassen den Alltag genießen können. Weiterhin wird das Notfallmanagement durchgenommen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Ganzkörpertraining im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228534	17.-18.09.22 Grevenbroich	17.08.22	16	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Anhand von einfachen bis hin zu komplexen Übungsformen werden Bewegungssequenzen zu den Bereichen Kraft, Ausdauer, Koordination und Entspannung für den ganzen Körper mit und ohne Kleingeräte vorgestellt. Ziel ist es, praxisnah Ideen für ein Ganzkörpertraining zu vermitteln. Zudem wird das Notfallmanagement durchgenommen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Tänzerische Fitnesstrends für die Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228539	12.-13.11.22 Neuss	12.10.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Ob durch Faszientraining im Tanz in Verbindung mit Verwirrungen, Dehnungen und Streckungen oder durch lateinamerikanische Rhythmen, in dieser Fortbildung werden Ihnen durch unterschiedliche tänzerische Elemente neue Inspirationen für Ihre Rehasportgruppe mit auf dem Weg gegeben. Ziel ist es den Bewegungsfluss und die Körperspannung durch Kraft- und Mobilitätstraining zu verbessern, die Musik zu fühlen und ein ganzheitliches Körperbewusstsein zu schaffen. Das Notfallmanagement bildet einen weiteren Inhalt. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Rückentraining im Gehen-Stehen-Sitzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228540	13.11.22 Grevenbroich	13.10.22	8	59,-/62,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Für alle die nicht mehr auf die Matte kommen zeigt die Fortbildung Möglichkeiten auf, wie mit ausgewählten Übungen ein Programm für den Halte- und Bewegungsapparat zielgruppenspezifisch in die Rehasportstunde integriert werden kann. Dabei gehören degenerative Veränderungen an der Wirbelsäule ebenso zum Thema wie das Notfallmanagement. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

NW



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Slow-Flow Gymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228542	26.-27.11.22 Neuss	26.10.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Ruhige, konzentrierte Mobilisation und Dehnung, harmonische Abläufe, fließender Atem und anschließend eine lange, regenerierende Ruhe und Erholung. Dabei kommen Methoden aus der Funktionsgymnastik ebenso zur Anwendung wie Elemente aus dem Thai Chi, Qigong, Thai Massage und Yoga. Die Berücksichtigung und die Umsetzung der Rehasportziele sowie das Notfallmanagement bilden weitere Inhalte. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Aktiv bis 100 im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228543	10.-11.12.22 Grevenbroich	10.11.22	16	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Unter Berücksichtigung der alterstypischen Veränderungen und Erkrankungen am Haltungs- und Bewegungsapparat ist es Ziel dieser Fortbildung, praxisnahe Ideen für Hochaltrige zu vermitteln. Überwiegend mit induktiver Methodik werden im Gehen, Stehen und Sitzen kleine Spiel- und Bewegungsformen sowie Brainfitness vorgestellt. Die Sturzprophylaxe und das Notfallmanagement bilden weitere Schwerpunkte. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Das Double – Kondition & Propriozeption im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228544	10-11.12.22 Kaarst	10.11.22	15	99,-/102,- mit/ohne Lastschrift mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Eine gute Kombination aus ruhigem, konzentrierten Ausdauer- und Gleichgewichtstraining, harmonische Abläufe und regenerierende Ruhe und Erholung bilden die Inhalte. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Rhein-Kreis-Neuss, Lindenstraße 16, 41515 Grevenbroich</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

## KSB Gütersloh e. V.

Beckenboden im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228512	02.04.22 Kreis Gütersloh	02.03.22	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Beschreibung:</b> Kennenlernen des Beckenbodens und seiner Bedeutung für die Aufrichtung des Beckens und der Wirbelsäule (Stabilisierung der Körpermitte, Fundament für einen gelösten Schulter-Nacken-Bereich, Optimierung der Ganzkörperspannung), Einführung in die Anatomie des Beckenbodens, gezielte Körperwahrnehmung und Übungen zur Mobilisation des Beckenbodens. Integration in bekannte Gymnastik- und Rehasportübungen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Gütersloh, Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-gt.de">www.ksb-gt.de</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Pilates im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228514	03.04.22 Kreis Gütersloh	03.03.22	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Beschreibung:</b> Vorstellen der Prinzipien der Pilates Methode, Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen von Pilates im Rehasport mit orthopädisch Betroffenen. Vorstellen und Erlernen von Pilates-Übungen, die auch in orthopädischen Rehasportgruppen eingesetzt werden können. Übertragung der Prinzipien der Methode auf bekannte Übungen, so dass die Übungsleitung kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Gütersloh, Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-gt.de">www.ksb-gt.de</a></p>				

Richtiges Dehnen und Kräftigen der Bein-, Bauch- und Rückenmuskulatur				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228528	10.09.22 Kreis Gütersloh	10.08.22	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Beschreibung:</b> Funktionelles Ganzkörper Training im Bereich der Kraft und der Dehnfähigkeit für Bein-, Bauch- und Rückenmuskulatur mit und ohne Kleingeräte. Sie beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Wissen auffrischen und die aktuellen Forschungsentwicklungen in die Rehasportgruppe einfließen lassen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Gütersloh, Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-gt.de">www.ksb-gt.de</a></p>				

Faszientraining in der Rehabilitation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228530	11.09.22 Kreis Gütersloh	11.08.22	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Beschreibung:</b> Faszien – der aktuelle Hit Sport. Die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe), sowie die Grundprinzipien nach Dr. Robert Schleip und die Myofasziale Meridiane nach Thomas Myers werden in Theorie und Praxis vermittelt. Das Erlernete wird an Übungen für die Rehasportstunde umgesetzt, ausprobiert und erarbeitet. Dadurch werden die Kompetenzen der Übungsleitungen erweitert. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Gütersloh, Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-gt.de">www.ksb-gt.de</a></p>				

## KSB Minden-Lübbecke e. V.

Autogenes Training und Progressive Muskel Relaxation – Einsatzmöglichkeiten in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228509	05.03.22 Bad Oeynhausen	05.02.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Spiele, Gymnastik, Ausdauer – alles wichtige Inhalte einer Rehasportstunde. Neben den vielfältigen aktiven Inhalten wünschen sich Teilnehmer*innen, aber auch Übungsleitungen, auch entspannende Anteile. In dieser Fortbildung wollen wir das Autogene Training (AT) und die Progressive Muskel Relaxation (PMR) gemeinsam erleben und mögliche Ideen zur Umsetzung in der Rehasportstunde vermitteln. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Locker vom Hocker				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228511	02.04.22 Kreis Minden-Lübbecke	02.03.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Durch eine Mischung aus Schulter- und Nackenübungen und verschiedenen Faszienübungen bekommen Sie praxisorientierte Bewegungsanregungen für ihre Rehasportgruppe. Durch die Nutzung von Rumpfübungen im Stehen und Musik in der Wirbelsäulengymnastik ergeben sich neue Aspekte, die sich motivierend auf Ihre Rehasportgruppe auswirken. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				

Krafttraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228513	03.04.22 Kreis Minden-Lübbecke	03.03.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Funktionelles Ganzkörper Training im Bereich der Kraftausdauer mit und ohne Kleingeräte. Sie beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				

Alles, nur nicht liegen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228529	10.09.22 Kreis Minden-Lübbecke	10.08.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Übungen kennen wir reichlich, aber ohne Rückenlage? Wir stellen uns dieser Herausforderung, entwickeln und erarbeiten die 'neue' Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Wissen der Anatomie und lernen Möglichkeiten zur Entspannung kennen und schätzen. Ziel ist es, die eigenen Handlungskompetenzen hinsichtlich der spezifischen Indikationen zu erweitern und zu vertiefen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				

Soweit die Füße tragen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228531	11.09.22 Minden-Lübbecke	11.08.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung stehen unsere Füße im Fokus des Rehasports. Die Füße sind ein biomechanisches Meisterwerk. Sie müssen uns ein Leben lang tragen. Wir müssen sie also pflegen. Um die Frage zu klären: 'Wie bleibe ich gut zu Fuß?' Werden folgende Inhalte bearbeitet: Aufbau und Statik der Füße, Füße und Feldenkrais, Füße und Spiraldynamik, Gangbild und Fußaufsatz. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Spritzige Ideen für die Funktionsgymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228541	19.11.22 Kreis Minden-Lübbecke	19.10.22	8	55,-/110,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Funktionsgymnastik gehört sicherlich zum festen Repertoire einer jeden Übungsleitung. Doch von Zeit zu Zeit ist es gut und wichtig, bekannte und gewohnte Übungen und Vermittlungsformen in ein NEUES, manchmal SPRITZIGERES Gewand zu kleiden. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-ml.de">www.ksb-ml.de</a></p>				

## KSB Wesel e. V.

Sportabzeichen-Prüfer*innen-Lehrgang				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228545	26.03.22 KSB Wesel	25.03.22	8	40,- / 80,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Menschen mit Behinderungen (MmB) können das Deutsche Sportabzeichen erwerben und aus einem eigenen Leistungskatalog ihre Disziplinen auswählen. Um den Erwartungen und Bedürfnissen dieser Interessenten gerecht werden zu können, ist es erforderlich, dass die DSA-Prüfer*innen durch diese Qualifizierungsmaßnahme Kenntnisse über die spezifischen Leistungs-Anforderungen und Abnahmebedingungen für Menschen mit Behinderungen erlangen und diese in der Praxis anwenden.</p> <p>Die Organisation und Durchführung von Training und Prüfung sind weitere wichtige Aspekte bei der genannten Zielgruppe. Diese beinhalten auch die Sensibilisierung und Werbung für das Deutsche Sportabzeichen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Ausschließlich bereits tätige DSA-Prüfer*innen, die ihre bestehende/n Prüfberechtigung/en um die Abnahme für Menschen mit Behinderungen erweitern möchten.</p> <p><b>Lehrgangsvoraussetzung:</b> Mitglied im Sportverein aktive*r Prüfer*in</p> <p>Verlängerung des DSA-Prüfer*in-Ausweises: Mit dieser Fortbildung kann der bestehende Sportabzeichen-Prüfer*in-Ausweis um weitere vier Jahre für die dort eingetragene/n Sportart/en verlängert werden.“</p> <p>Die 8 LE dieser Fortbildung können als ein Modul zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt werden. Der BRSNW erkennt diese Fortbildung auch zur Verlängerung der Lizenz "ÜL B Sport in der Rehabilitation" an</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-wesel.de">www.ksb-wesel.de</a></p>				

Pilates bei Wirbelsäulenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228546	22.10.22 KSB Wesel	22.09.22	15	40,- / 80,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> In der Fortbildung werden die Prinzipien der Pilates-Methode vorgestellt und die Anwendungsmöglichkeiten sowie Grenzen von Pilates bei Wirbelsäulenerkrankungen erfahren. Es findet eine Auffrischung der Krankheitsbilder statt. Außerdem werden Pilates-Übungen vorgestellt und erlernt, die in Rehabilitationssportgruppen eingesetzt werden können.</p> <p>Eine Übertragung der Prinzipien der Pilates-Methode auf bekannte Übungen findet statt, so dass die Übungsleiter*innen kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="http://www.ksb-wesel.de">www.ksb-wesel.de</a></p>				



# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Stabil und Beweglich - Funktionelles Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228547	18.-19.06.22 KSB Wesel	18.05.22	15	40,- / 80,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Funktionstraining ist 'besser als ihr Ruf' und bietet gezielte Angebote zur Verbesserung aller motorischen Hauptbeanspruchungsformen an. Passende Übungen und ausgewählte Gymnastikprogramme sollen dabei neue Ideen für die Rehasportstunde geben. Mit und ohne Equipment lässt sich das Training sowohl im Gymnastik-, Vereinsraum als auch auf der grünen Wiese durchführen.</p> <p>Inhalte: Grundlagen des Funktionstraining - geeignete Übungsformen und Programme - Differenzierungsmöglichkeiten der Bewegungen für verschiedene Zielgruppen – Notfallmanagement</p> <p>Ziele: Erweiterung/Vertiefung der Kenntnisse der Übungsleitungen hinsichtlich des Themas</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="http://www.ksb-wesel.de">www.ksb-wesel.de</a></p>				

## KSB Viersen e. V.

Koordinations- und Gehirntraining & Atemgymnastik und -entspannung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228537	05.-06.11.22 Kreis Viersen	05.10.22	15	N. N.
<p><b>Beschreibung:</b> Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Viersen, Dechant-Stroux-Str. 11, 41748 Viersen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie, Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="http://www.ksb-viersen.de">www.ksb-viersen.de</a></p>				

## DVMB e. V.

Spiel, Sport und Entspannung bei Morbus Bechterew				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-228521	18.06.22 Geldern	18.05.22	8	70,- inkl. Verpflegung mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Beschreibung:</b> Von Gymnastik über Entspannung bis hin zu kleinen Spielen, die sich besonders für Menschen mit Morbus Bechterew eignen, reichen die Inhalte dieses Lehrgangs. Dem Krankheitsbild angepasste Spielformen für drinnen und draussen werden ebenso vorgestellt, wie der Einsatz verschiedener Kleingeräte in der Sporthalle sowie bei der Wassergymnastik. So werden Inhalte und Methoden (unterschiedliche Organisations- und Sozialformen, wie Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit) aufgezeigt, um Morbus Bechterew-Betroffene im Rehasport ganzheitlich (körperlich, psychisch und sozial) zu fördern. Die Fortbildung wird von der Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew, Landesverband NRW in Zusammenarbeit mit dem BRSNW durchgeführt. Anmeldungen bitte ausschließlich direkt an den DVMB Landesverband NRW e.V., Huckarder Str. 2-8, 44147 Dortmund oder Mail: <a href="mailto:lv@dvmb-nrw.de">lv@dvmb-nrw.de</a> senden. Im Teilnehmerbetrag von 70 € ist die Verpflegung enthalten. Weitere Informationen zum Lehrgang erhalten Sie unter der Rufnummer 02834-98229.</p> <p>Die Inhalte sind geeignet für Teilnehmer am Rehasport für Morbus Bechterew</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldung per Mail an:</b> <a href="mailto:lv@dvmb-nrw.de">lv@dvmb-nrw.de</a></p>				



Foto:Picture Alliance

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz



**Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz e.V.**

Parkstr. 7, 56075 Koblenz

Tel.: 0261-97387850 (Sebastian Kamps)

0261-97387853 (Mara Kozulovic)

Fax: 0261-97387859

E-Mail: [sebastian.kamps@bsv-rlp.de](mailto:sebastian.kamps@bsv-rlp.de)

[mara.kozulovic@bsv-rlp.de](mailto:mara.kozulovic@bsv-rlp.de)

Internet: [www.bsv-rlp.de](http://www.bsv-rlp.de)

**AGB/Teilnahmebedingungen**

**Anmeldung**

Füße-Beckenboden-Kiefer				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2201	08.01.22 Koblenz	17.12.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Von den Füßen bis zum Kiefer. Alles in unserem Körper ist miteinander verbunden. Diese Fortbildung beschäftigt sich in Theorie und ausführlicher Praxis mit diesen drei Bereichen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Nicole Scheyer</p>				

Spielen mit Erwachsenen im Rehabilitationssport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2202	15.01.22 Koblenz	31.12.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Große und kleine Spiele sind nicht nur für die Förderung der sozialen Kompetenzen wichtig, sondern sie schulen ganz unbemerkt unsere koordinativen Fähigkeiten und fördern unsere konditionellen Fertigkeiten. Es werden kreative Spielideen aufgezeigt, die schnell und einfach zu organisieren sind.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Sabrina Pohl</p>				

Pilates im Rehabilitationssport (Einführungslehrgang)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2203	16.01.22 Koblenz	31.12.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2214	20.02.22 Koblenz	21.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2232	01.05.22 Koblenz	01.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2249	28.08.22 Koblenz	29.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2270	20.11.22 Koblenz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Pilates ist eine Kombination von Übungen, die fließend ineinander übergehen. Sie stellen eine Mischung aus Kräftigung und Dehnung dar. Vorstellung der Prinzipien der Pilates Methode, Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen von Pilates im Rehasport mit orthopädisch Betroffenen. Erlernen von Pilates-Übungen und Übertragung der Prinzipien der Methode auf bekannte Übungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Schachla Zaidova</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Long-Covid im Rehasport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2204	22.01.22 Kaiserslautern/Pfalz	05.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2215	05.03.22 Koblenz	04.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2266	12.11.22 Koblenz	14.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2277	10.12.22 Kaiserslautern/Pfalz	11.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Viele Menschen gelten nach einer Covid-19-Erkrankung als genesen, leiden aber weiter unter Symptomen wie Atemnot, Schwindel, Konzentrationsstörungen etc. Ein einheitliches Krankheitsbild existiert nicht, trotzdem müssen wir Übungsleiter uns mit diesem Thema intensiv beschäftigen, da die Anzahl an Long-Covid-Patienten rapide steigt. Dieser Lehrgang dient der Vermittlung von theoretischem Wissen, praktischer Umsetzung aber vor allem als Erfahrungsaustausch.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Besonderheiten:** zum Teil im Freien

**Referentin:** Barbara Piechottka

Kreatives Yoga 60+ im Rehasport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2205	23.01.22 Edenkoben/Pfalz	05.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2217	06.03.22 Koblenz	04.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2246	13.08.22 Bitburg/Eifel	15.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wenn wir hierzulande von Yoga sprechen, denken viele von uns vermutlich an körperliche Übungen. Doch Yoga ist weit mehr als die reine Gymnastik auf der Matte. Aber was macht Yoga so faszinierend? Theoretisches Basiswissen und jede Menge praktische Umsetzungsideen für unsere Teilnehmer\*innen 60+ werden in dieser Fortbildung vorgestellt und praktiziert.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Besonderheiten:** zum Teil im Freien

**Referentin:** Barbara Piechottka

Lungensport und Gründung einer Lungensportgruppe				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2206	29.01.22 Koblenz	07.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Zahl der Atemwegserkrankungen COPD und Asthma steigt stetig. Damit auch der Bedarf an Lungensportgruppe. Diese Fortbildung beschäftigt sich in Theorie und ausführlicher Praxis mit den Themen, die für eine Lungensportgruppe wichtig sind. Gründung, Aufbau und Besonderheiten dieser Gruppen, Atmungssystem, Aufbau und Inhalte von Übungsstunden.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport Innere Medizin

**Referentin:** Nicole Scheyer

RP



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Rehabilitationssport bei COPD (chronisch-obstruktiven Atemwegserkrankungen)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2207	30.01.22 Koblenz	07.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2229	10.04.22 Koblenz	11.03.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2245	10.07.22 Koblenz	10.06.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2254	11.09.22 Koblenz	12.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Diese Fortbildung beinhaltet zum einem theoretische Grundlagen der Erkrankung und zum anderen praktische Hilfestellungen zum funktionalen Atem-Management. Praktische Übungen zu Atemtraining und Atemwahrnehmung, Kraft- und Beweglichkeitstraining, zur Belastungsdosierung beim Ausdauertraining und indikationsspezifische Spiele werden durchgeführt.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Referentin:** Schachla Zaidova

Kognitive Einschränkungen? Demenz?				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2208	05.02.22 Trier	14.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Sowohl im präventiven Bereich als auch bei bestehender Diagnose lässt sich mit einem gezielten Sportangebot vieles erreichen. Die Verbesserung oder zumindest der Erhalt der derzeitigen Alltagsfähigkeit wird als Ziel angestrebt. Diese Fortbildung bringt Aufklärung und Information zum Krankheitsbild und vermittelt ein besseres Verständnis für Menschen mit demenziellen Symptomen. In der Praxis werden viele Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sporteinheiten bei dieser Symptomatik aussehen können.

**Schwerpunktbereiche:** Reaktionsvermögen, Koordination, Gleichgewicht, Dual-Task.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Referentin:** Birgit Backes

Rückenfitness im Alltag				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2209	06.02.22 Koblenz	14.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2278	11.12.22 Koblenz	11.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Warum macht eine Geldbörse in der Gesäßtasche Rückenschmerzen, Freude aufrecht und Traurigkeit krumm? In dieser Fortbildung geht es um die Wahrnehmung des Körpers, eingefahrene Bewegungsmuster sowie Risiken zu erkennen und zu verändern. Zudem gibt es für unsere Gruppenteilnehmer im Alltag viele Möglichkeiten, rückengesunde Bewegung zu integrieren.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Referentin:** Nicole Scheyer

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Aufbaumodul – Kinderturnen inklusiv (in Kooperation mit den Turnverbänden)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2210	12.02.22 Mainz	23.01.22	8	Kooperation mit Rhein Hessischen Turnerbund

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Dieses Aufbaumodul richtet sich an alle Übungsleiter\*innen, die bereits inklusiv im Sport tätig sind oder zuvor an der Fortbildung „Kinderturnen inklusiv“ teilgenommen haben. Gemeinsam werden wir das Thema „Kommunikation“ in inklusiven Sportgruppen vertiefen. Wie reflektiere ich schwierige Situationen in der Gruppe, wie spreche ich „besondere“ Merkmale von Einzelnen an? Wie verwende ich selbst eine „wertneutrale“ Sprache? Wir werden uns die spezielle Rolle des Übungsleiters/der Übungsleiterin noch einmal näher anschauen und Rechte und Pflichten in einer inklusiven Turnstunde näher besprechen.

Darüber hinaus wird es in dieser Fortbildung viele Praxistipps geben. Wir bringen viele Ideen mit, probieren sie aus und werden diese gemeinsam differenzieren.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport, Übungsleiter-C „Kindertunen“

**Referenten:** Therese Claßen und Heike Jotzo

Faszientraining im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2211	12.02.22 Kaiserslautern/Pfalz	14.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2263	05.11.22 Bitburg/Eifel	07.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2279	11.12.22 Kaiserslautern/Pfalz	11.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Faszientraining ist mehr als eine Massage mit der Faszien-Rolle. Federn, Lockern, Schwingen und Stretchen sind eine Wohltat, nicht nur für den Körper und lassen sich gut in die Rehabilitationsstunde integrieren. Theoretisches Wissen und vor allem Anwendungen in der Praxis werden hier vorgestellt und erarbeitet.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport – mit keinen bzw. kaum Vorkenntnissen

**Referentin:** Barbara Piechottka

Faszientraining im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2212	13.02.22 Koblenz	14.01.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2221	20.03.22 Koblenz	18.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2234	08.05.22 Koblenz	08.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2259	16.10.22 Koblenz	16.09.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung lernst du die Grundlagen und Funktion der Faszie sowie myofasziale Leitbahnen, die Prinzipien und Wirkung des Mobility Trainings, Kontraindikationen für das Faszientraining sowie Aufbau einer Kursstunde.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport – mit keinen bzw. kaum Vorkenntnissen

**Referentin:** Schachla Zaidova



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Skilanglauf im Behinderten- und Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2213	19.-23.02.22 Wertach (Bayern)	27.01.22	32	(A) 310,- / (B) 460,- / (C) 620,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Skilanglauf im Behinderten- und Rehabilitationssport, Erarbeitung von Grundtechniken und Lehrwegen im Kontext Menschen mit Behinderung. Planung einer Skifreizeit für Vereine sowie Planung und Umsetzung von Outdoor-Aktivitäten für Menschen mit Behinderung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Ski können gestellt werden</p> <p><b>Referent:</b> Christoph Sagner</p>				

Yoga für den Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2216	05.03.22 Edenkoben/Pfalz	03.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2253	10.09.22 Kaiserslautern/Pfalz	12.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Lehrgang beschäftigt sich in Theorie und Praxis, mit der Möglichkeit den Rehasport mit Yogaelementen zu bereichern. Ziel ist es, verschiedene Yogaelemente kennen zu lernen und für die unterschiedlichsten Zielgruppen zu modifizieren.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Petra Faber</p>				

Rückengerechtes Kräftigungstraining im Rehabilitationssport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2218	12.03.22 Koblenz	11.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bei der Ausführung von Kräftigungsübungen kommt es auf die richtige Ausübungen und Ansteuerung an. Diese Fortbildung zeigt Klassiker und Varianten an Übungen zum Einbau in den Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Sabrina Pohl</p>				

Körperwahrnehmung im Rehabilitation- und Breitensport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2219	13.03.22 Koblenz	11.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2275	03.12.22 Koblenz	04.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Fehlhaltungen entwickeln sich in der Regel im Laufe des Lebens, daraus resultieren meist Steifheit, Schmerz und eingeschränkte Bewegungsfreiheit. Die Wahrnehmung und der Zugang zu diesen Bereichen des Körpers verändert sich oder geht verloren. Durch gezielte schmerzfreie, Übungen lässt sich dieser Prozess umkehren und der Körper erlernt neu sich zu entspannen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Nicole Scheyer</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Faszien ganzheitlich betrachtet				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2220	19.03.22 Koblenz	18.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2274	26.11.22 Koblenz	28.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ganzheitliche Betrachtung faszieller Strukturen. Welche Verbindung besteht zwischen der Ernährung, dem Stoffwechsel und den Faszien und welche Auswirkung hat dies schließlich auf den Bewegungsapparat.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen Rehabilitation Orthopädie  
**Referent:** David Stein

Sarkopenie: Wenn die Muskeln im Alter schwinden				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2222	20.03.22 Edenkoben/Pfalz	18.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Altersbedingter Muskel- und Funktionsabbau, also Sarkopenie, ist ein häufig auftretendes Phänomen in der geriatrischen Praxis. Dieser Kurs vermittelt Wissen über den Aufbau und die Gestaltung eines adäquaten Bewegungs- und Trainingsangebot zum neuen Diagnoseschlüssel Sarkopenie und die Möglichkeiten von Rehasport in Altenpflegeeinrichtungen.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport  
**Referentin:** Irmtraud Bärman

Sensomotorisch akzentuiertes Kraft- & Koordinationstraining im Rehasport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2223	26.03.22 Kaiserslautern	25.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Funktionelle wie spielerische Übungen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und Tiefensensibilisierung. Einsatz verschiedener Equipments, wie z.B. Balancepads, Flexibars, Physio-/ IO-Bällen u.v.m. zur Durchführung eines individuell gestaltbaren SAK-Trainings in Reha-Sportgruppen (z.B. Bereich Orthopädie, Koronar, Diabetes, pAVK.).  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport  
**Referentin:** Korinna Diehl

Rückenpower – Kräftigung, Stabilisation und Mobilisation				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2224	27.03.22 Koblenz	25.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2240	12.06.22 Koblenz	13.05.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2284	21.08.22 Koblenz	22.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2260	23.10.22 Koblenz	23.09.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Unser Rücken mit seinen Muskeln und Bändern wird im Alltag in der Regel viel zu wenig gefordert. Dabei ist eine kräftige sowie dehnfähige Muskulatur der beste Schutz gegen Rückenschmerzen. Lerne wie du deine WS mit ausgewählten Dehn- und Kräftigungsübungen mobilisieren, aber auch stabilisieren kannst.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport  
**Referentin:** Schachla Zaidova

RP



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Tai Chi im Rehabilitationssport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2225	27.03.22 Edenkoben/Pfalz	25.02.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einführung ins Tai Chi als Entspannungsform bei Rehabilitationssportgruppen. Erlernen verschiedener kurzer Formen und wie diese umgewandelt werden müssen, damit alle Teilnehmer/innen der Rehabilitationssportgruppe daran teilnehmen können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referent:</b> Dr. Sven Haacke</p>				

Nachhaltiger Rehasport oder die Kunst, eine Sportgruppe erfolgreich zu führen				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2226	03.04.22 Edenkoben/Pfalz	04.03.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2251	04.09.22 Edenkoben/Pfalz	05.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Lehrgang beschäftigt sich in Theorie und Praxis mit den methodischen und didaktischen Möglichkeiten des Übungsleiters, für einen langfristigen und nachhaltigen Reha- und Freizeitsport. Was braucht es für guten Rehasport und wie kann ich mein Angebot für die unterschiedlichsten Teilnehmer modifizieren und damit allen Teilnehmern gerecht werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Irmtraud Bärmann</p>				

Functional Training – Ideenbörse für Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2227	03.04.22 Koblenz	04.03.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2247	14.08.22 Koblenz	15.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2252	04.09.22 Koblenz	05.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2280	18.12.22 Koblenz	18.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Funktionelles Training ist eine alltagsrelevante und sportartübergreifende Trainingsform. Sie beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Umsetzung in die Praxis und Erarbeitung von bekannten Übungen für eine Rehabilitationssportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Schachla Zaidova</p>				

„Schnupperkurs“ Massage als Ergänzung im Rehabilitationssport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2228	09.04.22 Koblenz	11.03.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Massage dient der Lockerung von Verspannungen nach, aber auch vor körperlichen Aktivitäten. Nicht nur die Muskulatur, sondern auch die Faszien und Triggerpunkte spielen eine große Rolle. Sie üben gegenseitig verschiedene Techniken der Massage für die Fitness und Regeneration des Körpers.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Nicole Scheyer</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Bewegung auch bei Diabetes				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2230	10.04.22 Kaiserslautern/Pfalz	11.03.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2255	11.09.22 Kaiserslautern/Pfalz	12.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das Krankheitsbild Diabetes näher kennen lernen. Wie erkenne ich eine Unterzuckerung? Was ist eine Unterzuckerung? Folgeerkrankungen anhand von präpariertem Material selbst fühlen.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport  
**Referent:** Christina Nawrath

Tai Chi im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2231	23.-24.04.22 Edenkoben/Pfalz	25.03.22	15	(A) 120,- / (B) 170,- / (C) 230,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wiederholung der erworbenen Kenntnisse im Einsteigerkurs und eine Einführung ins komplexere Tai Chi mittels der kurzen Yang Stil Form (1. Sektion).  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport, die entweder schon am Kurs „Tai Chi im Rehabilitationssport“ teilgenommen haben, oder sich eine etwas komplexere Tai Chi-Form zutrauen.  
**Referent:** Dr. Sven Haacke

Richtig Bewegen fängt im Alltag an (Anatomie in Bewegung)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2233	07.05.22 Koblenz	08.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Alltägliche Bewegungen, wie z.B. das Heben einer Kiste werden durchleuchtet und Hinweise auf „Fehlhaltungen“ und deren Auswirkungen auf Knochen, Gelenke und Muskeln gegeben. Wie vermeide ich Schäden?  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport Orthopädie  
**Referent:** David Stein

Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz / für hochbetagte Menschen (im Sitzen wie im Stehen)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2235	14.05.22 Edenkoben/ Pfalz	15.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2244	03.07.22 Koblenz	03.06.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2269	19.11.22 Kaiserslautern/ Pfalz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Was ist Demenz und welche Konsequenzen ergeben sich daraus für den Sport? Was gilt es bei Gruppen für Menschen mit Demenz zu berücksichtigen? Welche Handlungsempfehlung gibt es, wenn einzelne Teilnehmer demenziell erkrankt sind? Die Übungsleiter sollen am Ende in der Lage sein, ihr bisherige Arbeitsroutine an die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz anpassen zu können.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport und Interessierte  
**Besonderheiten:** Keine Vorerfahrungen notwendig  
**Referent:** Alexander Gipp

RP



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Methodik – wie bringe ich jemandem Bewegungen bei? (für alle Zielgruppen)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2236	15.05.22 Edenkoben/Pfalz	15.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2243	02.07.22 Koblenz	03.06.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2271	20.11.22 Kaiserslautern/Pfalz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Theorie und Praxis im Realitätscheck: Grundlagen der Methodik, Lernkanäle, Kommunikation, Motivation, Interaktion als Hilfe für Schwierigkeiten im Alltag einer Übungsstunde. Erfahrungsaustausch, Analyse, Lösungsansätze. Bringen Sie ein Problem mit. Voraussetzungen: Lust, sein Handeln in der Sportstunde infrage zu stellen. Konstruktive Kritikfähigkeit.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Referent:** Alexander Gipp

Vom Gehen bis zum Laufen – Schritte zur Gesundheit im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2237	21.05.22 Kaiserslautern/Pfalz	22.04.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Bewusstes Laufen ist wie Medizin, die das Wohlbefinden steigert und das Körpergefühl stärkt. Gehschule, Walking-Training, bis zum Intervalltraining und leichtem Dauerlauf. Gemeinsamkeiten, Unterschiede und Belastungsdosierung werden erarbeitet, vermittelt und selbst angewendet. Die vermittelten Inhalte können **in der Halle oder im Freien** durchgeführt werden und als aufbauendes Kursangebot das Reha-Angebot bereichern.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Besonderheiten:** zum Teil im Freien

**Referentin:** Barbara Piechottka

Rehasport bei Adipositas / Gesundheit gewinnen – Pfunde verlieren				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2238	25.-27.05.22 Edenkoben/Pfalz	29.04.22	24	(A) 190,- / (B) 265,- / (C) 380,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Gemäß der DEGS-Studie des Robert-Koch-Instituts (2008-2011) sind mehr als 23% unserer Bevölkerung adipös. In Anlehnung an die S3-Leitlinie zur Rehabilitation von Adipositas wird den Teilnehmern ein fundiertes Hintergrundwissen zum Krankheitsbild der Adipositas und ein spezifisches praktisches Wissen vermittelt. Ziel ist die Befähigung zum Aufbau von speziellen Adipositas-Sportgruppen.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport

**Besonderheiten:** Auch für Teilnehmer am Rehasport geeignet

**Referentin:** Irmtraud Bärmann

Fußball für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2239	08.-10.06.22 Edenkoben/Pfalz	13.05.22	20	(A) 120,- / (B) 150,- / (C) 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Planung und Durchführung des Fußballtrainings, theoretische Erarbeitung von Trainingseinheiten, praktische Trainingsarbeit.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen aus Einrichtungen für Menschen mit geistiger Behinderung oder Übungsleiter\*innen und/oder Fußballtrainer\*innen und Interessierte

**Besonderheiten:** Pro Trainer/ÜL können bis zu vier Spieler\*innen mitgebracht werden. Kommen zwei Trainer /ÜL aus einer Einrichtung, können entsprechend mehr Spieler\*innen gemeldet werden.

**Referent:** Willi Breuer (Nationalmannschaftstrainer DBS und ehemaliger Jugendtrainer 1.FC Köln, u.a. von Lukas Podolski)

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Outdoorsport im Allgäu und Tannheimertal: Mountainbike/E-Bike, Nordic-Walking und mehr.				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2241	19.-24.06.22 Wertach (Bayern)	20.05.22	32	(A) 310,- / (B) 460,- / (C) 620,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sicherer Umgang mit dem E-/Mountainbike. Weitere Outdoor Aktivitäten für Menschen mit Behinderung und chronischen Erkrankungen. Einstieg in Technik mit Videoanalyse, Touren planen und umsetzen, die Tage werden mit weiteren praktischen Angeboten ergänzt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Mountain-E-Bikes können ausgeliehen werden</p> <p><b>Referent:</b> Christoph Sagner</p>				

„Verbinde Bewegung & Gedächtnis“ im Rehasport / „Faszientraining = mehr als nur Rollen“				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2242	25.06.22 Kaiserslautern	27.05.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Myofasziales Stretching unter Verwendung kleiner und großer Tools verbessern die Entspannung und Leistungsfähigkeit der Muskulatur bei einhergehender Schmerzreduktion. Die Verbindung von Gedächtnisübungen mit Bewegung steigert die Handlungsfähigkeit und Flexibilität, bildet Synapsen, fördert die Koordination und sorgt für Spaß im Training. Der Einsatz einer Vielzahl von Kleinmaterialien ermöglicht eine kreative Stundengestaltung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Korinna Diehl</p>				

Qigong und Tai Chi – Fitness aus dem Reich der Mitte im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2248	27.08.22 Edenkoben/ Pfalz	29.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2285	13.11.22 Koblenz	14.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Unterschiede und Gemeinsamkeiten werden theoretisch und praktisch vorgestellt und selbst erlebt. Die Bewegungen schulen das Körpergefühl, verbessern die Körperhaltung und entspannen Körper und Geist zugleich. Die Übungen können als ganze Übungseinheit oder als Entspannungsteil am Ende einer Reha-Stunde durchgeführt werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Barbara Piechottka</p>				

Ernährung, Bewegung und Entspannung im Rehasport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2250	28.08.22 Edenkoben/ Pfalz	29.07.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wie gehen wir mit den Fragen bzgl. Ernährung unserer Rehasportteilnehmer*innen um? Grundlagen der Ernährung, ernährungsbedingte Zivilisationskrankheiten, Trends der Ernährung (Low-Carb, Low-Fat etc.), Ernährungsmythen und -statistiken werden theoretisch vermittelt und gemeinsam bewertet. Auch werden Bewegung (Ausdauer- und Kräfteinheiten) und Entspannung (Tai Chi, Qigong etc.) bei diesem Lehrgang nicht zu kurz kommen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport – keine Vorkenntnissen erforderlich</p> <p><b>Besonderheiten:</b> zum Teil im Freien</p> <p><b>Referentin:</b> Barbara Piechottka</p>				

RP



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Bewegungszentrum Becken – Franklin-Methode®				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2256	18.09.22 Edenkoben/Pfalz	19.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Becken verbindet die Beine mit der Wirbelsäule und bildet so unser Bewegungszentrum beim Gehen, Stehen, Sitzen. Wir beschäftigen uns deshalb mit der Anatomie und den Knochenrhythmen in diesem Bereich. Das Verständnis dieser Zusammenhänge hilft die Wirbelsäule, das ISG und die Hüftgelenke zu mobilisieren und sie auf diese Weise so gesund wie möglich zu erhalten. Mit der Franklin-Methode® erleben wir die Anatomie sehr anschaulich und praxisbezogen und entwickeln gleichzeitig vielfältige neue Bewegungsalternativen zu den bestehenden Bewegungsmustern</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Weiler</p>				
Was tun bei Rheuma?				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2257	24.09.22 Koblenz	26.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Unterstützung durch TCM, Ernährung und Mobilitätssteigerung. Welche Rolle spielen Wärme und Kälte? Kann man dies durch Essen beeinflussen? Mach deine Nahrung zu deiner Medizin.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen Rehabilitation Orthopädie</p> <p><b>Referent:</b> David Stein</p>				
Fußgesundheits bei Menschen mit Diabetes				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2258	09.10.22 Edenkoben/Pfalz	09.09.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Menschen mit Diabetes haben ein erhöhtes Risiko für eine Fußverletzung, wenn im Rahmen einer Polyneuropathie ein Sensibilitätsverlust vorliegt, insbesondere wenn zusätzlich Fußdeformitäten und/oder eine arterielle Verschlusskrankheit (PAVK) bestehen. Nach der Fortbildung sollen die TN in der Lage sein, mit Patienten mit einem Risiko für ein Fußulcus geeignete Fußübungen durchzuführen und sie anzuleiten, diese regelmäßig selbstständig zu praktizieren sowie gefahrlos ihre Alltagsaktivitäten zu steigern.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport Innere Medizin / Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Teile der Fortbildung finden barfuß statt</p> <p><b>Referenten:</b> Frau und Herr Dr. Kornmann</p>				
Bewegung, Spiel und Sport mit verhaltensauffälligen Kindern				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2261	23.10.22 Edenkoben/Pfalz	23.09.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bewegungs-, Sport und Spielangebote für verhaltensauffällige Kinder.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport, Lehrer/innen</p> <p><b>Referent:</b> Walter Schuff</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Kompaktausbildung Sport in der Krebsnachsorge (Kölner Konsens)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2262	Teil 1: 28.10.-01.11.22 Teil 2 (Prüfungstag): 03.12.22 Edenkoben/Pfalz	30.09.22	60	(A) 300,- / (B) 470,- / (C) 600,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Orientiert an der besonderen Lebenssituation Krebsbetroffener sollten die Teilnehmer/innen in dieser Ausbildung befähigt werden, Krebsnachsorge-Sportgruppen unter Berücksichtigung bestimmter Krebserkrankungen und der speziellen medizinischen und psychologischen Ausgangssituation der Betroffenen, sportpädagogisch qualifiziert zu betreuen. Der Lehrgang entspricht dem „Kölner Konsens“ und beträgt 60 LE.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport Orthopädie</p> <p><b>Referent:</b> Irmtraud Bärmann</p>				

Aqua Rücken (im Rehabilitationssport)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2264	06.11.22 Niederfell/Koblenz	07.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wasser macht Spaß und macht stark. Ein abwechslungsreiches, zielgerichtetes und wohltuendes Aquafitnessprogramm mit intensiven Kraftübungen für die Rumpfmuskulatur bringt zahlreiche Ideen in jede Trainingseinheit. Rückenpower mit Geräten, Kraft durch Pendel-, Schaukel-, Kick- und Armzugbewegungen. Erholungsphasen, Übungen die der Rücken „liebt“. Theorie- und Praxisvermittlung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referent:</b> Ruth Jäger</p>				

Kinderturnen inklusiv (in Kooperation mit den Turnverbänden)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2265	11.-12.11.22 Mainz	23.10.22	16	Kooperation mit Rhein Hessischen Turnerbund
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wie gestalte ich eine Kinderturn-Stunde inklusiv, d.h. für Kinder mit und ohne Behinderung gemeinsam? Wie kann ich jedem Kind gerecht werden? Wie kann ich Berührungängste vor dem "Anders sein" abbauen? Was können Kinder mit Behinderung umsetzen, ohne dass sie überfordert werden? Worauf muss ich bei der Einbindung von behinderten Kindern speziell achten? Welche rechtlichen Aspekte müssen berücksichtigt werden?</p> <p>Diese Fortbildung soll Mut machen seine eigene Turnstunde für beeinträchtigte Kinder zu öffnen. Sie soll darauf vorbereiten, inklusive Gruppen im Kinderturnen adäquat zu betreuen und alle Kinder optimal fördern zu können. Es sollen dadurch möglichst viele Kinder mit Behinderungen an Kinderturn-Angeboten in Turnvereinen teilnehmen können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport/Übungsleiter-C „Kindertunen“</p> <p><b>Referenten:</b> Therese Claßen und Heike Jotzo</p>				

Rehabilitationssport für Teilnehmer mit Multiple Sklerose				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2267	13.11.22 Edenkoben/Pfalz	14.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Lehrgang vermittelt ein fundiertes Wissen über die Erkrankung Multiple Sklerose und die Möglichkeit und Durchführung von Rehasport mit Betroffenen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referent:</b> Irmtraud Bärmann</p>				



# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Selbstregulation durch Atem, Bewegung, Bewusstsein				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2268	19.11.22 Koblenz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hippokrates und Albert Schweitzer benannten es schon, die wirksamste Heilkraft ist die, die in jedem von uns selbst liegt, wir müssen ihr nur eine Gelegenheit zur Wirkung geben. Dieser Tag beinhaltet viele Übungen aus unterschiedlichen Bereichen, um wieder einen Zugang zur Selbstregulation des Körpers zu erhalten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Nicole Scheyer</p>				
Sport und Lungenerkrankungen, Spezialisierung Kinder				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2272	20.11.22 Edenkoben/Pfalz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Lungenerkrankungen und Sport, Schwerpunkt Kinder. Wiederholung der Krankheitsbilder und Wirkung/positive Effekte von Sport auf die Krankheitsbilder, Indikation und Kontraindikation von Sportangeboten. Geeignete Sportarten, technische Hilfsmittel.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport, Fachpersonal in Rehaeinrichtungen u.a.</p> <p><b>Referent:</b> Walter Schuff</p>				
Aqua Fitness für Senioren im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2273	20.11.22 Niederfell/Koblenz	21.10.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein abwechslungsreiches, altersgemäßes Wasserprogramm zum Erhalt und zur Steigerung der Vitalität durch Bewegung und Kräftigung. Im Lehrgang werden praxisnah Übungen vermittelt unter Rücksichtnahme von alterstypischen Veränderung und Erkrankungen. Funktionelle Übungsauswahl und Belastungssteuerung mit und ohne Geräte. Koordination und Stabilisationsübungen. Vermittlung in Theorie und Praxis mit den altersspezifischen Veränderungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				
Alte und neue Trends für Rehabilitationssport im Wasser				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2276	04.12.22 Niederfell/Koblenz	04.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wir werden die alten Klassiker Poolnoodle und die Kunststoffstäbe wiederbeleben, aber auch Trends wie „Aqua-Zumba“ in Workouts vorstellen. Ein Tag mit viel Praxis im kühlen Nass. Aber auch die Theorie „Grundlagen der Wassergymnastik und der Aquafitness“ werden vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Wassergymnastik aktiv (im Rehabilitationssport)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2281	18.12.22 Niederfell/Koblenz	18.11.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Von der Wassergymnastik bis zur Aquafitness werden hier die Grundlagen gelegt. Gerade im Element Wasser können wir die Gelenke besser bewegen die beeinträchtigt sind vom Alterungsprozess. Ein Ganzkörpertraining bestehend aus Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht- und Rumpfstabilität und dazu die passende Musik. In Theorie und Praxis wird ein abwechslungsreiches Wasserprogramm zum Erhalt und Steigerung der Vitalität durch Bewegung vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

Rudern für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2282	N. N. Bernkastel-Kues	N. N.	20	(A) 220,- / (B) 330,- / (C) 440,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Para-Rudern (Breitensport) für Menschen mit einer intellektuellen Beeinträchtigung (Schwerpunkt) sowie Rudertraining für Rollstuhlfahrer. Ziel ist das Erlernen der Grundtechniken im Rudern mit Riemen und Skulls, sowie das gemeinsame Erarbeiten der aufeinander aufbauenden Entwicklungsziele im Rudern (Bewegungsabläufe, Rudertechnik, Gleichgewicht und Bootsharmonie). Anhand praktischer Anwendung erfahren die Teilnehmer Möglichkeiten des Para-Ruderns im Vereinsumfeld unter Berücksichtigung individueller Beeinträchtigungen und der sportartbedingten Sicherheitsaspekte.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport „Geistige Behinderung“ oder „Orthopädie“</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Vorkenntnisse im Rudern sind nicht erforderlich. Gutes Schwimmvermögen ist grundsätzlich Voraussetzung. Kurze Einführung in das Para-Rudern für Rollstuhlfahrer.</p> <p><b>Referent:</b> Thomas Ruf</p>				

Bogenschießen für Menschen mit Behinderungen				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2283	11.09.22 Edenkoben/Pfalz	12.08.22	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einführung Bogenschießen, Materialkunde, Schießtechnik, Atemtechniken, Lehrplan Einsteiger, instinktives Bogenschießen, Technik im Visier, Self-Check-Bogen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport, Rollstuhlfahrer</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Grundtechnik mit Recurvebogen</p> <p><b>Referent:</b> Walter Schuff</p>				

RP



# Fortbildungen – Saarland



## Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Saarland e.V.

Hermann Neuberger Sportschule 4  
66123 Saarbrücken  
BRS Saarland – Nebenstelle (Anmeldungen)  
Frau Rike Sonnenschein, Postfach 2203, 66722 Saarlouis  
Telefon: 0681-3879444  
Fax: 0681-3879309  
E-Mail: [sonnenschein@brs-saarland.de](mailto:sonnenschein@brs-saarland.de)  
Internet: [www.brs-saarland.de](http://www.brs-saarland.de)

### AGB/Teilnahmebedingungen

#### Anmeldung

Mobilität im Alter – Herausforderung Multimorbidität				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2206/1	14.-15.01.22 Völklingen	17.12.21	16	BRS Saarland 150,- / Sonstige 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Mobilität im Alter – Herausforderung Multimorbidität – verschiedene Erkrankungen des Alters, Teilnehmerhandlung bei Mehrfacherkrankung  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15.00 Uhr</p>				
Rehasport mit Kindern inkl. 1. Hilfe am Kind				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2206/2	18.-19.02.22 Völklingen	04.02.22	16	BRS Saarland 150,- / Sonstige 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Rehasport mit Kindern                      Verschiedene Krankheitsbilder incl. Adipositas sowie die 1. Hilfe am Kind  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15.00 Uhr</p>				
Praktisch-orientierter Refresher				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2206/3	01.-02.04.22 Völklingen	18.03.22	16	BRS Saarland 150,- / Sonstige 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Praktisch-orientierter Refresher aller relevanten Orthopädischen Indikationen mit methodisch-aufgebauten Stundenbildern; Inhalte: Hüft-OP, ISG-Instabilität, vorderes Kreuzband, LWS-Läsion, Schulter-Impingement, Beinachsentraining und Osteoporose.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
MTT – ISG / SIG				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2206/4	20.-21.05.22 Völklingen	06.05.22	16	BRS Saarland 150,- / Sonstige 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie; Thema: ISG/SIG; Inhalte: Anatomie, (Patho-)Physiologie, Tests, Therapie und Praxis  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15.00 Uhr</p>				

# Fortbildungen – Saarland

MTT – Kiefer / HWS				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2206/5	07.-08.10.22 Völklingen	23.09.22	16	BRS Saarland 150,- / Sonstige 170,-
<p><b>Beschreibung:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie; Thema: Kiefer / HWS; Inhalte: Anatomie, (Patho-) Physiologie, Tests, Therapie und Praxis</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15.00 Uhr</p>				

Parkinson Takt – Tempo – Schrittlänge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/1	09.04.22 Völklingen	25.03.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Inhalte: Bewegungsanalyse, Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit bei Parkinson, Ganzkörperübungen, Körperzentrierung mit vielen interessanten Praxisanteilen „sei Groß“... Fein- und Feinst-Koordination – Handtraining</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesseminar von 08.30 bis 16.00 Uhr</p>				

Qigong im Rehasport mit viel Praxis				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/2	11.06.22 Völklingen	27.05.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Übungen zur entspannten Körperhaltung, zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und zur Stabilisierung der Gleichgewichtsfähigkeit. Partnerübungen zur Energiegewinnung</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesseminar von 09.00 bis 17.00 Uhr</p>				

Rehasport – Tanzen – positive Einstellung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/3	25.06.22 Völklingen	10.06.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Rehasport, Tanzen und positive Einstellung. Sogar Ärzte empfehlen tanzen aus gutem Grund. Wir bringen unser Herz und Kreislauf gehörig in Schwung. Schulen den Gleichgewichtssinn und es ist ein optimales Gehirnjogging für Koordination, Kreativität und Mobilität</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesseminar von 09.00 bis 17.00 Uhr</p>				

Sport in der Krebsnachsorge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/4	17.09.22 Völklingen	02.09.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung umfasst die Berührungspunkte mit einer Krebserkrankung im Sport und Tumor bedingter Fatigue. Völlige körperliche, emotionale und geistige Erschöpfung, fehlender Antrieb, anhaltende Müdigkeit und Kraftlosigkeit, sind durch Schlaf und Erholungsphasen nicht mehr auszugleichen. Oft hält dieser Zustand wochenlang an, was das gesellschaftliche, berufliche und ganz persönliche Alltagsleben zusätzlich erschwert. Dennoch gibt es Möglichkeiten, mit diesem Syndrom, das als tumorbedingte Fatigue bezeichnet wird, zurechtzukommen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie und Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesseminar von 08.30 bis 16.00 Uhr</p>				

# Fortbildungen – Saarland

Alte Spiele, neu erlernen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/5	24.09.22 Völklingen	09.09.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Neue Ideen in der Reha-Stunde, alte Spiele wieder neu entdecken, gestalten und gemeinsam erarbeitet. Die Abwechslung in Ihrer Reha-Stunde ist hier garantiert um die Teilnehmer*innen zu motivieren</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Karate und Entspannungsübungen gegen Parkinson				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2207/6	26.11.22 Völklingen	11.11.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Das Kämpferische steht beim Karate für Parkinson Erkrankte nicht im Vordergrund – es geht mehr um die Gesundheit. Ziele sind das Erhalten der Beweglichkeit und der Koordination, Sturzprophylaxe und die Steigerung des Selbstwertgefühls. Sich bei einem Überfall wehren zu können und weniger Angst vor Stürzen zu haben, steigert das Selbstwertgefühl enorm.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie und Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesseminar von 09.00 bis 17.00 Uhr</p>				



Post-COVID-Syndrom... COVID-19 und dann... Rückkehr in den Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2208/1	21.03.22 (4 LE) 28.03.22 (4 LE) Online	07.03.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Hinweise zu Sport nach COVID-19 – Ziele der Rehabilitation – Teilnehmer*innen mit einer Verordnung SARS-CoV-2 oder nach durchgemachter Erkrankung abholen und begleiten</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar am Abend von 18.00 bis 21.00 Uhr Einzeltermine können nicht gebucht.</p>				



Parkinson und motorische Grundlagen... besser verstehen und schulen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2208/2	02.04.22 Online	18.03.22	8	BRS Saarland 80,- / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Anatomie und Physiologie der neuronalen Strukturen, Pathophysiologie bei Morbus Parkinson, Sensomotorik, Propriozeption oder Koordination? Parkinson „Motorische Aspekte der Arbeitswelt“ → Nutzen und Erkennen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar von 08.30 bis 16.00 Uhr</p>				

Kurzlehrgang Reanimation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2209/1	22.10.22 Völklingen	07.10.22	4	BRS Saarland 25,- / Sonstige 35,-
<p><b>Beschreibung:</b> Unter einer Reanimation versteht man die Wiederbelebung einer Person bei Atem- und Kreislaufstillstand. Dazu führt man Herzdruckmassage, Beatmung und weitere Maßnahmen zur Kreislaufunterstützung durch.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Saarland

1. Hilfe Ausbildung mit 9 LE				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2209/2	03.12.22 Völklingen	18.11.22	9	BRS Saarland 35,- / Sonstige 45,-
<b>Beschreibung:</b> 1. Hilfe Ausbildung für alle Teilnehmer*innen, wird für die Lizenzausstellung benötigt! <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend				



Foto:Picture DBS

SL



# Fortbildungen – Sachsen



SÄCHSISCHER BEHINDERTEN- UND  
REHABILITATIONSSPORTVERBAND EV  
VERBAND FÜR REHABILITATIONS-, BREITEN- UND LEISTUNGSSPORT

Sächsischer Behinderten- und Rehabilitations-  
sportverband e.V.

Goyastraße 2d

04105 Leipzig

Telefon: 0341-2310660

Fax: 0341-23106610

E-Mail: [sbv@behindertensport-sachsen.de](mailto:sbv@behindertensport-sachsen.de)

Internet: [www.behindertensport-sachsen.de](http://www.behindertensport-sachsen.de)

## AGB/Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Prüfer*innen – Lehrgang DSA für MmB				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- DSA-1	02.04.22 Leipzig	01.03.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diese Fortbildung hat zum Ziel, Teilnehmer*innen für die Abnahmen von Sportabzeichen-Prüfungen von Menschen mit Behinderungen zu qualifizieren</li> <li>• Vermittlung der behinderungsspezifischen Besonderheiten des Deutschen Sportabzeichens: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistungskatalog</li> <li>- Gerätekunde</li> <li>- Klassifizierung</li> <li>- Didaktik und Methodik</li> <li>- Anerkennung von Leistungen</li> <li>- Gesundheitliche Besonderheiten</li> </ul> </li> </ul> <b>Besonderheiten:</b> Teilnahmevoraussetzung für die Fortbildung ist die Prüflizenz Deutsches Sportabzeichen				

Stundenvariationen Wassergymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 01-01	08.01.22 Leipzig	10.12.21	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
S- F 19-07	09.07.22 Leipzig	10.06.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten des Elements Wasser</li> <li>• Nutzung diverser Kleingeräte</li> <li>• Propriozeptives Üben zur Sturzprophylaxe</li> <li>• Variable Stundeninhalte</li> <li>• Planung individueller Schwierigkeitsgrade nach Leistungsvermögen der Teilnehmer*innen</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Innere Medizin				

Training der Unteren Extremitäten im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 02-02	05.02.22 Leipzig	07.01.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen der Thematik Untere Extremitäten (UEX) im Rehabilitationssport</li> <li>• Theoretische und anatomische Grundlagen der UEX</li> <li>• Praxisbezogene Umsetzung des Trainings der UEX</li> <li>• Erleben von alltagsnahen Übungen</li> <li>• Ideenaustausch</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie				

# Fortbildungen – Sachsen

Gefäßtraining und Rehabilitationssport bei PAVK, Lip- und Lymphödem				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 03-03	05.03.22 Leipzig	04.02.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Ursache, Verlauf und Therapie der Erkrankungen
- Inhalte des Trainings bei PAVK
- Entstauungsgymnastik für Lip- und Lymphödempatient\*innen
- Chance des Rehabilitationssports für die Patient\*innen
- Stundenbilder und Übungsvorschläge

**Zielgruppe:** Innere Medizin

Pilates im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 04-03	12.03.22 Leipzig	11.02.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
S- F 40-12	03.12.22 Dresden	04.11.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Kennenlernen der Pilates-Methode (Hintergrund, Besonderheiten und methodischer Ansatz)
- Pilates-Prinzipien
- Indikationen/Kontraindikationen
- Übungsaufbau (Progression/Regression)
- Training von Kraft, Beweglichkeit, Stabilisation, Gleichgewicht einschließlich Haltungskorrektur
- Integration im Rehabilitationssport (Übungsbeispiele, Krankheitsbilder und Fehlhaltungen)
- Übungen mit und ohne Geräte

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Motivation   Kommunikation   Menschenkenntnis – wie Trainer*innen ihre Sportler*innen begeistern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 05-03	16.03.22 Leipzig	16.02.22	4	SBV-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 45,- / Extern 75,-
S- F 27-10	12.10.22 Leipzig	14.09.22	4	SBV-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 45,- / Extern 75,-

**Beschreibung: Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Vertrauen aufbauen & Missverständnisse vermeiden
- Fehlerquellen der Interaktion/Kommunikation
- Hilfestellung zum Erreichen der eigenen Zielsetzungen
- praktische Übungen zur Selbstwahrnehmung
- Konflikte geschickt lösen
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend



# Fortbildungen – Sachsen



Belastungssteuerung bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 06-03	17.-26.03.22 Leipzig	17.02.22	15	SBV-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 180,- / Extern 300,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktuelles aus Kardiologie und Kreislauftraining</li> <li>• Einordnung der verschiedenen Krankheitsbilder</li> <li>• Aktuelle Methoden im ambulanten Herz-, Lungen- und Gefäßsport</li> <li>• Vermittlung von Kompetenzen für eine kardiale Notfallsituation</li> <li>• Krafttraining in der Herzsportgruppe</li> <li>• Erfahrungsaustausch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p>Besonderheiten: Diese Fortbildung wird als <i>Blended-Learning-Veranstaltung</i> durchgeführt. Informationen dazu entnehmen Sie bitte unserer Homepage <a href="http://www.behindertensport-sachsen.de">www.behindertensport-sachsen.de</a></p>				

Faszination von Kleinen Spielen für jedes Alter				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 07-03	19.03.22 Dresden	18.02.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermittlung von Lust am Spiel und eine Portion Flexibilität</li> <li>• Förderung der Kommunikation und Interaktion in der Gruppe</li> <li>• Zahlreiche Praxisanregungen für den Einsatz von Spielelementen in den einzelnen Stundenteilen</li> <li>• Anpassung der Spiele an die Gruppe</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				



Post/Long COVID				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 08-03	21.03.22 Online	21.02.22	4	SBV-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 45,- / Extern 75,-
S- F 31-11	07.11.22 Leipzig	10.10.22	4	SBV-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 45,- / Extern 75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Krankheitsbild und Symptome</li> <li>• Schlussfolgerungen/Indikationen/Kontraindikationen</li> <li>• Einordnung in den Rehabilitationssport</li> <li>• Praktische Übungsbeispiele für ein effektives Trainieren</li> <li>• Ideen- und Erfahrungsaustausch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Innere Medizin</p>				

therapie Leipzig – Messe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 09-03	24.-26.03.22 Leipzig			<a href="http://www.therapie-leipzig.de">www.therapie-leipzig.de</a>
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Informationen zu den Fortbildungsveranstaltungen können dem Kongressprogramm therapie Leipzig 2022 unter <a href="http://www.therapie-leipzig.de">www.therapie-leipzig.de</a> entnommen werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die im Rahmen der Lizenzverlängerung durch den Sächsischen Behindertensport- und Rehabilitationssport e.V. (SBV) anerkannten Fortbildungsveranstaltungen sind im Kongressprogramm mit dem Logo des SBV entsprechend gekennzeichnet.</p>				

# Fortbildungen – Sachsen

Werde Assistent*in im Sport!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 01-03	26.03.-27.03.22 & 09.04.-10.04.22 Leipzig	25.02.22	28	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menschen mit Behinderung sind ausdrücklich willkommen</li> <li>• Kreativer, sportlicher Austausch mit intellektuell beeinträchtigten Menschen im Rahmen der Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung</li> <li>• Teilnehmer*innen erlernen die vielfältigen Rollen als Assistent*innen eines*einer Übungsleiter*in</li> <li>• In der Maßnahme werden die Teilnehmer*innen vorrangig praxisorientiert geschult</li> <li>• Vernetzung mit der Vereinswelt wird durch den SBV unterstützt</li> <li>• <b>Zielgruppe:</b> Menschen mit und ohne Behinderung, profilübergreifend</li> </ul> <p><b>Besonderheiten:</b> für und mit Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung</p>				

Inklusion

Inklusion mit Kommunikation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 02-03	30.03. & 06.04.22 Online	28.02.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<p><b>Beschreibung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inklusion braucht Kommunikation</li> <li>• Die Kombination von Bild, Film, Ton und Text bereitet die erfolgreiche Basis gemeinschaftlicher Angebote.</li> <li>• Die Teilnehmer*innen erhalten einen theoretischen und praktischen Einblick in die Chancen und Möglichkeiten der vereins-/verbandsorientierten Presse- und Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>• Die Teilnehmer*innen können eigene Vereinsprojekte/-ideen/-wünsche einbringen.</li> <li>• <b>Zielgruppe:</b> Vereinsmanager*innen, interessierte Multiplikator*innen aus Sportvereinen, Öffentlichkeitsarbeit</li> </ul> <p><b>Besonderheiten:</b> Diese Fortbildung wird als Web-Seminar mit jeweils 4 und 3 LE angeboten, zus. 1 LE Selbststudium.</p>				

Inklusion

E-Learning

Atmen und Bewegen – Bewegen und Atmen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 10-04	02.04.22 Leipzig	04.03.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atemräume, Atemlenkung</li> <li>• Bewegung in Verbindung mit der Atmung</li> <li>• Atmung als Taktgeber für Bewegung</li> <li>• Spezielle Übungsfolgen, die sich gut mit der Atmung verbinden lassen</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Innere Medizin</p>				

Einführung in die traditionelle chinesische Medizin sowie Erlernen der Duftübung/Xiang Gong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 11-04	09.04.22 Chemnitz	11.03.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die traditionelle chinesische Medizin (5 Säulen)</li> <li>• Vertiefung der Säule Qigong</li> <li>• Einführung und Erlernen der Duftübung</li> <li>• Einsatz im Rehabilitationssport als begleitende Bewegungsform bei u. a. Allergien, Neurodermitis, Migräne, psych. Überlastung</li> <li>• Erarbeitung/Vermittlung eines Stundenkonzeptes</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Sachsen

## Sport, Yoga und Krebs – Schwerpunkt Brustkrebserkrankung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 12-04	30.04.22 Leipzig	01.04.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Kennenlernen der Thematik Sport nach Brustkrebserkrankung
- Übungen für mehr Stabilität und Beweglichkeit in der Schulter
- Fatigue als Teil des Sportes
- Yoga im Sport nach Krebserkrankung

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Wie öffne ich meinen Verein für Menschen mit Beeinträchtigung? – Die inklusive Vereinsarbeit.

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 03-05	03.05. & 10.05.22 Online	02.04.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
S- I 05-10	18.10. & 20.10.22 Online	17.09.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>

**Beschreibung:** Das Web-Seminar hilft Ihnen dabei, Grundlagen zu sammeln, um in Ihrem Verein den Aufbau von inklusiven Sportgruppen zu unterstützen. Sie werden für Menschen mit Behinderung sensibilisiert und fördern in Ihrem Verein das einheitliche Verständnis einer inklusiven Vereinskultur. Sie erfahren, wie Sie ihre entsprechenden inklusiven Angebote kommunizieren & einen Zugang zu diesen erleichtern können.

**Zielgruppe:** Vereinsmanager\*innen, interessierte Multiplikator\*innen aus Sportvereinen

**Besonderheiten:** Die Fortbildung wird als Web-Seminar mit jeweils 4 LE angeboten.

## Zivilisationskrankheiten (Adipositas und Diabetes mellitus) im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 13-05	07.05.22 Leipzig	08.04.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Entstehung, Diagnostik, Umgang im Alltag, Prävention
- Möglichkeiten einer individuellen Therapie im Rehabilitationssport
- Parameter der Belastungssteuerung
- Erfahrungsberichte, Studienlage, Diskussion

**Zielgruppe:** Innere Medizin

## Funktionelle Tests und Sporttests im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 14-05	14.05.22 Leipzig	15.04.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Methoden einer zielorientierten Anamnese im Rehabilitationssport
- Kennzahlen für die Zieldefinition im Rehabilitationssport
- praktische Umsetzung mit geringem Material- und Zeitaufwand
- schlussfolgernde zielorientierte Maßnahmenplanung
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Sachsen

E-Learning

## Einstieg in den Para Sport/Behindertensport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- B 01-05	19.05.22 & 02.06.22 Online	21.04.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Struktur im Para Sport / Behindertensport
- Klassifizierung
- Vorstellung ausgewählter Sportarten
- Talentsichtung & Sportförderung
- Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen C, Lehrer\*innen, Interessierte

## Funktionelles Training im Rehabilitationssport – Indoor und Outdoor

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 15-05	21.05.22 Leipzig	22.04.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Prinzipien des funktionellen Trainings
- Screening und Tests für einen optimalen Trainingsaufbau
- Methoden und Übungsbeispiele zur Stundengestaltung
- Integration in den Rehabilitationssport
- Die Vielfalt der Umgebung nutzen – drinnen wie draußen

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Innere Medizin

## Nordic Walking im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 16-06	11.06.22 Leipzig	13.05.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
S- F 18-06	25.06.22 Dresden	27.05.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Vermittlung der Grundtechniken des Nordic Walking
- Implementierung in den Rehabilitationssport unter Beachtung verschiedener Indikationen
- spezielle Mobilisierungs-, Kräftigungs- und Dehnungsübungen
- Technikvariationen im Rehabilitationssport
- Kursorganisation

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Innere Medizin

## Faszientraining im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 17-06	18.06.22 Dresden	20.05.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Aufbau und Funktion der Faszien
- Prinzipien des Faszientrainings nach Dr. Robert Schleip
- Erlernen von Übungen zum Training der Faszien
- Sinnvoller Aufbau von Faszientrainings-Stunden
- Übungsbeispiele mit Kleingeräten

**Zielgruppe:** profilübergreifend



# Fortbildungen – Sachsen

Inklusion C

Vielfältig und bunt – so zeigt sich der Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 04-06	18.06.22 Leipzig	17.05.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theorie: Einführung in die Thematik "Inklusion im und durch Sport"</li> <li>• Theorie &amp; Praxis: Didaktik und Methodik des inklusiven Sports – Erste Herangehensweisen</li> <li>• Theorie: Einschränkung, Behinderung, besondere Bedarfe &amp; Ansatz einer Kategorisierung</li> <li>• Praxis: "Good Practice"</li> <li>• Reflexion und Ausblick, inklusive Wünsche zu vertiefenden Seminaren oder Themenblöcken</li> </ul> <p><b>Besonderheiten:</b> der Fokus liegt auf der Arbeit mit heterogenen Gruppen</p>				

Tischtennistraining für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- B 02-07	02./03.07.22 Chemnitz	03.06.22	15	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Klassifizierung im Para Tischtennis</li> <li>• Trainingsunterschiede zu Menschen ohne Behinderung</li> <li>• Talentsichtung &amp; Fördermöglichkeiten</li> <li>• Praxis mit eigener Körpererfahrung</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen C, Tischtennistrainer*innen, Lehrer*innen mit behinderten und/oder inklusiven Schüler*innen; Interessierte</p>				

E-Learning C

Rollt: Rollstuhlsport erleben, Spaß inklusive!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- B 03-08	23.08.-03.09.22 Leipzig	26.07.22	15	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur im Para Sport, Klassifikation im Rollstuhlsport</li> <li>• Eigenerfahrung im Rollstuhl</li> <li>• Vorstellung der Sportarten Basketball, Rugby, Boccia, Handball, Leichtathletik, Handbike-Fahren</li> <li>• Inklusive Angebote – Wie könnt Ihr Rollstuhlfahrer*innen in Euren Sport einbeziehen?</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen C, Trainer*innen, Lehrer*innen</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Lizenzverlängerungen möglich: Übungsleiter-C-Lizenz (8 LE), Rehasport B (Orthopädie/Neurologie), sportartspezifischen Trainer-Lizenzen auf Anfrage</p> <p><i>Blended-Learning-Veranstaltung:</i> Videokonferenzen am 23.08.+02.09.22 (17-20 Uhr), Präsenztag 03.09.22</p>				

Training der Tiefenmuskulatur mit modernen Kleingeräten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 20-09	03.09.22 Leipzig	05.08.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten und Ziele des Trainings der Tiefenmuskulatur</li> <li>• Elemente des Gleichgewichtstrainings mit Zusatzgeräten</li> <li>• spezifische Übungen zur Förderung der Kraft, Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit</li> <li>• Übungsideen mit besonderen Kleingeräten</li> <li>• Ideenaustausch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Sachsen

Bewegung hilft bei Depression, Angst und Zwängen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 21-09	09.09.22 Markkleeberg	12.08.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Ganzheitlich Denken – Basis und Ziel im Rehabilitationssport
- Symptome von Depression, Angst und Zwängen
- Übungsauswahl und Besonderheiten der Sportangebote
- Umgang mit belastenden und schwierigen Situationen
- Angehörige: Mitmachen oder Entlasten?
- persönliche Schutzfaktoren und Verhalten des Übungsleiters

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Psychiatrie

Therapieprozesse und Rehabilitationssport bei Lungenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 22-09	16.-17.09.22 Leipzig	19.08.22	15	SBV-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 180,- / Extern 300,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Aktuelle Themen, Krankheitsbilder und funktionelle Störungen bei Lungenerkrankungen
- Nutzung der ICF als Hilfsmittel zur Therapie- und Trainingsplanung
- Anpassung von Übungen aus der funktionellen Bewegungslehre
- Ablaufplanung bei langwierigen Therapie- und Rehabilitationsprozessen

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als *Blended-Learning-Veranstaltung* durchgeführt. Informationen dazu entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.behindertensport-sachsen.de](http://www.behindertensport-sachsen.de)

Elemente des Tai Chi und Qigong in der Rehabilitation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 23-09	17.09.22 Dresden	19.08.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Vermittlung allgemeiner Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin
- Vermittlung der Grundlagen des Tai Chi und Qigong als meditatives Bewegungssystem
- Erspüren von inneren und äußeren Blockaden
- Erlernen harmonischer Bewegungsformen des Qigong
- Erlernen ausgewählter Körperübungen und ihr Bezug zu richtiger Atemtechnik
- Aufrechterhaltung von Gleichgewicht und Muskelkontrolle

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Rehabilitationssport bei Erkrankungen der unteren Extremitäten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 24-09	24.09.22 Chemnitz	26.08.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Vorstellung verschiedener charakteristischer Knieverletzungen
- Medizinisch-anatomische Grundlagen zum Kniegelenk
- Praktische Beispiele aus der Sporttherapie: Übungen und Trainingsgrundlagen
- Praktischer Exkurs: Sportmedizinische Untersuchungsverfahren der unteren Extremitäten

**Zielgruppe:** Orthopädie



# Fortbildungen – Sachsen

Sport nach Krebs – Praxisnaher Workshop				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 25-09	30.09.22 Dresden	02.09.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medizinische Grundlagen: Überblick Krebserkrankungen, onkologische Therapien, Nebenwirkungen und Spätfolgen</li> <li>• Effekte von Bewegung und Sport vor, während und nach Krebserkrankungen</li> <li>• Aktuelle Empfehlungen</li> <li>• Praktische Übungen für den Einsatz in Rehabilitationssportgruppen</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Die Halswirbelsäule – Training der Beweglichkeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 26-10	08.10.22 Leipzig	09.09.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomie und Funktion der Halswirbelsäule (HWS)</li> <li>• Ursachen von Beschwerden</li> <li>• Bewältigungsstrategien</li> <li>• Ideenaustausch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
Faszientraining mit und ohne Geräte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 28-10	15.10.22 Leipzig	16.09.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was sind Faszien – Aufbau und Funktion, Einflussfaktoren</li> <li>• Ziele, Prinzipien und Methoden des Faszientrainings</li> <li>• Die drei Bausteine des fasziellen Trainings: Aktivierung, Power und Regeneration</li> <li>• Vielfältige Übungsbeispiele mit und ohne Geräte aus den Bereichen Yoga, Pilates, Aerobic und funktionelles Training</li> <li>• Aufbau einer Übungsstunde</li> <li>• Integration von Kraft- und Beweglichkeitstests zur Steigerung der Motivation</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Wassergymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 29-11	05.11.22 Ostsachsen	07.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten des Elements Wasser</li> <li>• Erfahren und Erleben des Mediums Wasser</li> <li>• Ideenaustausch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Innere Medizin</p>				

# Fortbildungen – Sachsen

Sturzprävention im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 30-11	05.11.22 Leipzig	07.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Eckpunkte zur Sturzprävention (bei älteren Menschen und ausgewählten Erkrankungen, z. B. Schlaganfall)
- Sicher und aufrecht in Stand & Gang
- Koordinationstraining (vom Einfachen zum Schweren)
- Krafttraining in Form eines Stationstrainings
- einzelne Sequenzen und ganze Stundenbilder
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie

Bewegung, Sport und Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 32-11	12.11.22 Zwickau	14.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Aktuelles zum Thema Sport und Krebs
- Variable Stundeninhalte beim Rehabilitationssport nach Krebserkrankung
- Fatigue als Teil des Sportes
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Refresher Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 33-11	12.11.22 Leipzig	14.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Auffrischung von Krankheitsbildern
- Praktisches Erleben von Inhalten des Sportes im Bereich der Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** Innere Medizin

„Trommel Dich fit“ mit Pezzibällen und Drumsticks				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 34-11	19.11.22 Leipzig	21.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Philosophie: inspirierende Musik, Rhythmus und Bewegung
- Physiologische Auswirkungen des Trommelns auf Pezzibälle
- Grundpositionen und Grundschläge
- Schrittkombinationen aus Aerobic und Workout zu verschiedenen Rhythmen
- Erarbeitung von Choreografien für verschiedene Altersgruppen und Belastungsstufen

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Innere Medizin



# Fortbildungen – Sachsen

## Aus der Praxis für die Praxis – ein bunter Bewegungstag für Körper, Geist und Seele

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 35-11	19.11.22 Bad Elster	21.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Einführung in das Thema ganzheitliche Bewegungstherapie
- Koordinationstraining und Rückenfitness
- Herz-Kreislauf-Training im Wasser
- Nordic Walking und Atemgymnastik
- Ganzheitliche Yogatherapie für den Rücken
- Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Neurozentriertes Training meets Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 36-11	19.11.22 Leipzig	21.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Kennenlernen einer neuartigen Methode u. a. zur Schmerzreduktion
- Ansätze und Hintergründe des neurozentrierten Trainings
- Möglichkeiten einer physischen und kognitiven Verbesserung im Rehabilitationssport
- Praktische Integration in den Rehabilitationssport
- Feedbackrunde

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Gesunder & Bewegter Rücken (Ernährung & Bewegung)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 37-11	26.11.22 Leipzig	28.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Einblick in die Zusammenhänge von Ernährung & Bewegung
- Wissenswertes rund um eine gesunde Ernährung (was macht krank, was hält gesund...)
- Bedeutung von regelmäßiger und vielseitiger Bewegung
- verschiedene Stundenbilder und Sequenzen zum Thema ganzheitliche Rückengymnastik
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Im Sport gemeinsam – ein Angebot für ALLE schaffen.

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 06-11	26.11.22 Dresden	25.10.22	8	<a href="http://www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19">www.behindertensport-sachsen.de/index.php?id=19</a>

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Möglichkeiten und Chancen einer erfolgreichen Umsetzung von inklusiven Bewegungs- und Sportangeboten in Theorie und Praxis
- didaktisch-methodische Hinweise zur Gestaltung von Stundenentwürfen
- Veränderungsmöglichkeiten von Angeboten, sowie kleinen und großen Spielen in Theorie und Praxis
- Gewinnung von Inklusionsmanagern in den Vereinen als wichtiger Bestandteil der Fortbildung
- **Besonderheiten:** der Fokus liegt auf der Arbeit mit heterogenen Gruppen



# Fortbildungen – Sachsen

Ganzkörpertraining mit dem eigenen Körpergewicht				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 38-11	26.11.22 Leipzig	28.10.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Entwicklung eines Leitfadens zur Stundenplanung eines ganzheitlichen Trainings
- Verwendung des eigenen Körpergewichtes mit urbanen Trainingsmöglichkeiten
- Schwerpunkt Bekämpfung von muskulären Dysbalancen
- Trainingsbeispiele für eine stabile Rückengesundheit
- Ideen- und Erfahrungsaustausch

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Entspannung – leicht gemacht im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 39-12	02.12.22 Markkleeberg	04.11.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Zusammenhänge von Stress und Entspannung
- Entspannung als wichtiger Teil der Selbstfürsorge
- Angebote zum Kennenlernen im Autogenen Training (AT, n. Schultz)
- Progressiver Muskelentspannung (PMR, n. Jacobson)

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Spielerisches Training der Ausdauerfähigkeit zur Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 41-12	09.12.22 Chemnitz	11.11.22	8	SBV-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Pathophysiologie/Erkrankungsverlauf verschiedener HKL-Erkrankungen
- Indikationsspezifische Ableitung von ausdauerorientierten Trainingsinhalten
- Belastungssteuerung beim Ausdauertraining mit Herz-Kreislauf-Patient\*innen
- Redflags/Kontraindikationen
- Kleine Spiele sowie geeignete Sportarten (und deren Abwandlungen) für HKL-Patient\*innen

**Zielgruppe:** Innere Medizin



# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt



**Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband  
Sachsen-Anhalt e.V.**

Am Steintor 14  
06112 Halle (Saale)  
Telefon: 0345-5170824  
Fax: 0345-5170825  
E-Mail: [info@bssa.de](mailto:info@bssa.de)  
Internet: [www.bssa.de](http://www.bssa.de)

**AGB/Teilnahmebedingungen**  
**Anmeldung**

Herzinsuffizienz – Belastbarkeit und Trainingsmöglichkeiten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F01	21.01.22 Barby (Elbe)	26.11.21	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Beschreibung:</b> Rehasport ist für Menschen mit Herzinsuffizienz besonders wichtig. Oft stellt sich die Frage nach der Belastbarkeit der einzelnen Sporttreibenden und die Steuerung und Überwachung der Belastung in der Übungseinheit. Unterschiedliche Trainingsmöglichkeiten haben unterschiedliche Wirkungen auf das Herzkreislaufsystem. Es ist wichtig zu wissen, welche Auswirkungen Medikamente auf die körperlichen Parameter haben, welche Rolle das subjektive Belastungsempfinden der Sporttreibenden spielt und wie die*der Übungsleiter*in mit dieser Kenntnis umgehen muss.</p>				

Bewegung und Atmung – Atmung und Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F02	02.02.22 Online-Seminar	08.12.21	4	BSSA-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 50,- / Sonstige 100,-
SAN-22-F20	30.11.22 Online-Seminar	05.10.22	4	BSSA-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung steht die Atmung im Mittelpunkt. Neben einem Theorieteil, welcher kurz die Anatomie, die Physiologie und mögliche Beschwerden des Atmungssystems wiederholt, werden im zweiten Teil praktische Übungen u. a. zur Atemgymnastik, Atemlenkung und Atemwahrnehmung durchgeführt. Besonders im Hinblick auf Post-Covid-Rehabilitanden rückt die Atmung vermehrt in den Fokus des Rehabilitationssports. Die Fortbildung wird als Online-Fortbildung über die Zoom-App durchgeführt.</p>				

Ernährung bei internistischen Erkrankungen – so einfach kann es sein				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F03	26.02.22 Online-Seminar	01.01.22	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Beschreibung:</b> Im Jahre 2020 sind über 300.000 Menschen an einer Herz-Kreislauf Erkrankung verstorben. Und ein großer Teil davon an dem gefürchteten Herzinfarkt. Doch warum ist das so? Die Gründe sind natürlich vielfältig doch schon mit dem richtigen Essen auf dem Teller können wir das Risiko deutlich minimieren! Erfahren sie in unserer Fortbildung wie einfach sie im Alltag den Herzinfarkt, der Arteriosklerose oder auch Fettstoffwechselstörung zum Teil wegessen können. Was bringen Fisch und Co? Was hat es mit Intervallfasten auf sich und warum helfen Haferflocken bei hohen Cholesterinwerten? Dies und vieles mehr werden wir besprechen - Seien sie gespannt.</p>				

# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

Aquafitness				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F04	19.03.22 Hettstedt	22.01.22	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wer kennt es nicht, man kommt in die Schwimmhalle und denkt darüber nach was man heute machen könnte und hat dabei oft das Gefühl, sich im Kreis zu drehen. Bei dieser Fortbildung sollen neue und alte Übungen miteinander verknüpft werden, sowohl für das tiefe als auch flache Wasser. Wir werden mit vielen Geräten arbeiten und spüren, wie unterschiedlich der Auftrieb und Widerstand jedes einzelnen Gerätes ist. Es wird sowohl Einzel- als auch Paarübungen geben, Stationstraining, Beckenrandgymnastik und vieles mehr.</p>				

Kids Aktiv – Rehasport für Kinder				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F05	25.-26.03.22 Magdeburg	28.01.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Beschreibung:</b> Kennenlernen von kleinen Spielen, Übungen zur Sensibilisierung, Förderung des Gleichgewichts, Verbesserung der Kondition, Atemübungen/ Elementen der Atemschulung, Verbesserung der Koordination und Selbststärkung zur Anwendung im Kinderrehabilitationssportgruppen.</p>				

Outdoorsport und Reanimationsschulung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F06	22.-23.04.22 Halle (Saale)	25.02.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Beschreibung:</b> Outdoorsport bedeutet mit den Elementen der Natur in Kontakt zu kommen. Sich mit dem Wetter auseinanderzusetzen und sich darauf einzustellen. Frische Luft ist durch nichts zu ersetzen, selbst die kalte Winterluft hat den positiven Effekt, dass sie die Schleimbildung anregt. Bei Sonnenschein tankt man genügend Vitamin D für ein paar Regentage. Doch geht es in dieser Fortbildung nicht nur um das Laufen. Jeder Baumstamm, jede Bank, Bordsteinkante, Mauer, Zaun...die uns in den Weg kommt können wir nutzen, um unsere Muskeln zu kräftigen oder Gelenke zu mobilisieren. Lassen Sie sich überraschen, aber seien Sie darauf vorbereitet, dass es anstrengend wird. Reanimationsschulung mit 5 LE am 23.04.22</p>				

Sportübungen gut angeleitet				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F07	30.04.22 Dessau-Roßlau	05.03.22	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Beschreibung:</b> Das gute Anleiten ist das A und O einer erfolgreichen Übungseinheit. Das beginnt mit der Aufstellung, knappen, verbalen Anweisungen der Sporttreibenden, hilfreichen Erklärungen bis zur taktilen Kontrolle der Übenden. Jede*r Übungsleiter*in sollte über unterschiedliche Optionen verfügen, um alle Teilnehmer*innen bestmöglich abzuholen und in der Stunde mitnehmen zu können.</p>				

Koordiniert und sicher im Alltag – Sturzprophylaxe mit TOGU® Geräten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F08	13.-14.05.22 Blankenburg	18.03.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Beschreibung:</b> Eine gute Koordination und Gleichgewichtsfähigkeit fördern das ökonomische Bewegen in allen Lebenslagen. Die Gelenke werden stabilisiert, die Aufrichtung der Wirbelsäule und günstige Haltungsmuster werden unterstützt. Dieser Lehrgang zeigt, auf vielfältige und kreative Weise, Trainingsmöglichkeiten dieser wichtigen motorischen Basiskompetenzen. Individuelle Anwendungsbeispiele, Materialkunde und Spaß sind inklusive.</p>				

Übungsideen mit Alltagsmaterialien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F09	18.05.22 Magdeburg	23.03.22	4	BSSA-Mitglieder 25,- / DBS-Mitglieder 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Beschreibung:</b> In dieser Fortbildung werden viele Ideen vorgestellt, wie Alltagsmaterialien in der Rehabilitationssportstunde interessant und abwechslungsreich eingesetzt werden können.</p>				



# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

## Erkrankungen der Schulter/Wirbelsäule und das richtige Training

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F10	10.-11.06.22 Magdeburg	15.04.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Nicht nur Einschränkungen im Bereich der Wirbelsäule bzw. der oberen Extremitäten sind vielfältig – auch die Möglichkeiten von Trainingsmethoden, Mitteln und Materialien, die uns im Trainingsalltag mit einer riesigen Vielfalt zur Verfügung stehen. Neben kurzen Theoriesequenzen zur Anatomieauffrischung und der damit verbundenen Stärkung der Wissensbasis zur jeweiligen Gesamtsymptomatik des\*der „Patient\*in“ sollen in ausgiebigen Praxissequenzen unterschiedliche Trainingsmaterialien wie auch unterschiedliche Trainingsmethoden zur Kräftigung (u.a. Zugseiltraining, Max-Krafttraining ohne Geräte, Rückschlagspiele etc.) einbezogen werden. Darüber beinhaltet die Fortbildung auch ein breites Repertoire an Übungen zur Wahrnehmung, Beweglichkeitsförderung und Dehnung der oberen Extremitäten bzw. der Wirbelsäule.

## Fair Streiten - Konfliktlösung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F11	17.-18.06.22 Halle (Saale)	22.04.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Interaktives Seminar mit Selbsterfahrungsanteilen zum Thema Konfliktlösung. Es wird lösungsorientiertes Verhalten in der Gruppe geübt, an Beispielen aus dem Sportverein oder dem eigenen Leben und in Rollenspielen. Geeignet für Situationen mit Patient\*innen, Kolleg\*innen und im Privatleben.

## Die Franklin Methode- gesund und beweglich von Kopf bis Fuß

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F12	24.-25.06.22 Blankenburg	29.04.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Was ist die Franklin Methode? Einzigartige Verbindung von Vorstellungsbildern und bewegter Anatomie. Wieso funktioniert Imagination und welche positiven Wirkungen kann ich für meine Gesundheit erzielen? Anwendungsgebiete im Rehabilitationssport: Ideen und Tipps für den Alltag- einfache Umsetzung, schnelle Wirkung für gesundes Sitzen und Stehen, entspannte Schultern, fitte Füße und vieles mehr. Die Fortbildung bietet vor allem "praktische Hilfe zur Selbsthilfe".

## Autogenes Training im Rehabilitationssport mit entspannenden Übungselementen zur Aktivierung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F13	02.-03.07.22 Weißenfels	07.05.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Im Fokus dieser Fortbildung steht das Erlernen von Teilen der Entspannungsmethode „Autogenes Training“ in Kombination mit entspannenden und aktivierenden Übungselementen sowie kleinen Fantasiereisen, welche individuell in die Rehabilitationssportstunden eingebaut werden können.

## Mit Musik geht alles besser

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F14	02.-03.09.22 Halle (Saale)	08.07.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Musik ist ein starkes therapeutisches Mittel, das natürlich auch in einer Übungsstunde im Rehasport eingesetzt werden kann. Musik gibt den Takt vor, motiviert, lenkt die Aufmerksamkeit weg vom Alltagsgeschehen, lädt zum Singen, Tanzen und Mitmachen ein und lässt Übungen zum Teil in ganz neuem Licht erscheinen. Die Musikauswahl richtet sich nach Zielen, Vorlieben und Gestaltungswillen der Anleitenden und der Mitmachenden. Bewegungsideen zu verschiedener Musik entwickeln wir gemeinsam in der Fortbildung.

# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

## Lauf- und Faszientraining

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F15	10.-11.09.22 Halle (Saale)	16.07.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Seit Corona wissen wir, ist Sport im Freien mehr gefragt denn je. Laufen steht dabei ganz weit vorn. Das Ziel, durchgängig 30 Minuten oder mehr zu laufen ist für viele eine große Herausforderung. Dafür braucht es viel Motivation, Geduld und eine gute Anleitung. Doch nicht nur das Laufen soll in dieser Fortbildung trainiert und vermittelt werden, sondern auch Kräftigungs- und Stabilisationsübungen, sowie Mobilisations- und Dehnungstechniken finden ihren Platz. Lassen Sie sich überraschen, aber seien Sie darauf vorbereitet, dass es anstrengend wird.

## Pilates im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F16	16.-17.09.22 Dessau-Roßlau	22.07.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Kennenlernen der Pilates-Methode als ein sanftes, aber intensives Trainingsprinzip, zum gezielten Aufbau der rumpfstabilisierenden Tiefenmuskulatur.

- Pilatesprinzipien in Theorie und Praxis (Prepilatesübungen, Wahrnehmungsübungen)
- Klassisches Mattentraining für Anfänger und Mittelstufe (Übungsvariationen)
- Übungen mit Kleingeräten (Pilatesball, Pilatesrolle)
- Methodik/Didaktik (Aufbau von Stundenbildern z. B. Flowpilates)

## Krebserkrankungen – Prävention und Rehabilitation

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F17	07.-08.10.22 Halle (Saale)	12.08.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Krebs ist immer noch die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Bewegung ist in der Rehabilitation aber vor allem auch in der Prävention und der Therapie nicht mehr wegzudenken. In dieser Fortbildung werden zum einen vertiefende medizinische Kenntnisse über das Krankheitsbild vermittelt, zum anderen geht es um den Einsatz und die Effekte von körperlicher Aktivität bei Krebspatient\*innen. Außerdem wird die wesentliche Rolle der Ernährung bei Krebserkrankungen thematisiert.

## Mind Body Medizin

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F18	14.-15.10.22 Magdeburg	19.08.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Selbstheilung und Gesundheit brauchen manchmal fremde Hilfe und sie brauchen immer den betroffenen Menschen, denn jeder Mensch besitzt die angeborene Fähigkeit zur Selbstheilung. Mit welchen Übungen und Methoden man sie trainieren kann, erarbeiten wir uns gemeinsam. Dabei schauen wir immer wieder auf welche Weise wir die Prinzipien und Erkenntnisse, im Rahmen des Rehasports und im Alltag, anwenden können.

## Yoga Dance

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F19	12.-13.11.22 Halle (Saale)	17.09.22	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Beschreibung:** Yoga - Dance ist eine Kombination von Yoga, meditativer Bewegung und Tanz. Hier geht es um fließende Bewegungen. Bei inspirierender Musik wird die Aufmerksamkeit auf die kleinen Details sowie die Atmung gerichtet. Gedacht ist Yoga Dance für alle, die sich gern bewusst bewegen.



# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

E-Learning

## Ernährung bei Rheuma – Schluss mit den Schmerzen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-22-F21	03.12.22 Online-Seminar	08.10.22	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-

**Beschreibung:** Rheuma und die dabei oft auftretenden Schmerzen belasten immer mehr Menschen in Deutschland. Doch was hat diese Erkrankung mit dem täglichen Essen zu tun? Und können wir die Symptome durch das richtige Essen auf dem Teller vielleicht sogar verringern? Ja, das geht – sogar sehr gut! Seien sie gespannt was es mit dem Geheimnis der Entzündung auf sich hat und wie sie diese ganz einfach senken. Wir schauen uns Fisch, Walnüsse und Leinsamen an, genauso wie die heilende Wirkung von Intervallfasten bis hin zur Darmflora. So einfach kann es im Alltag gehen.

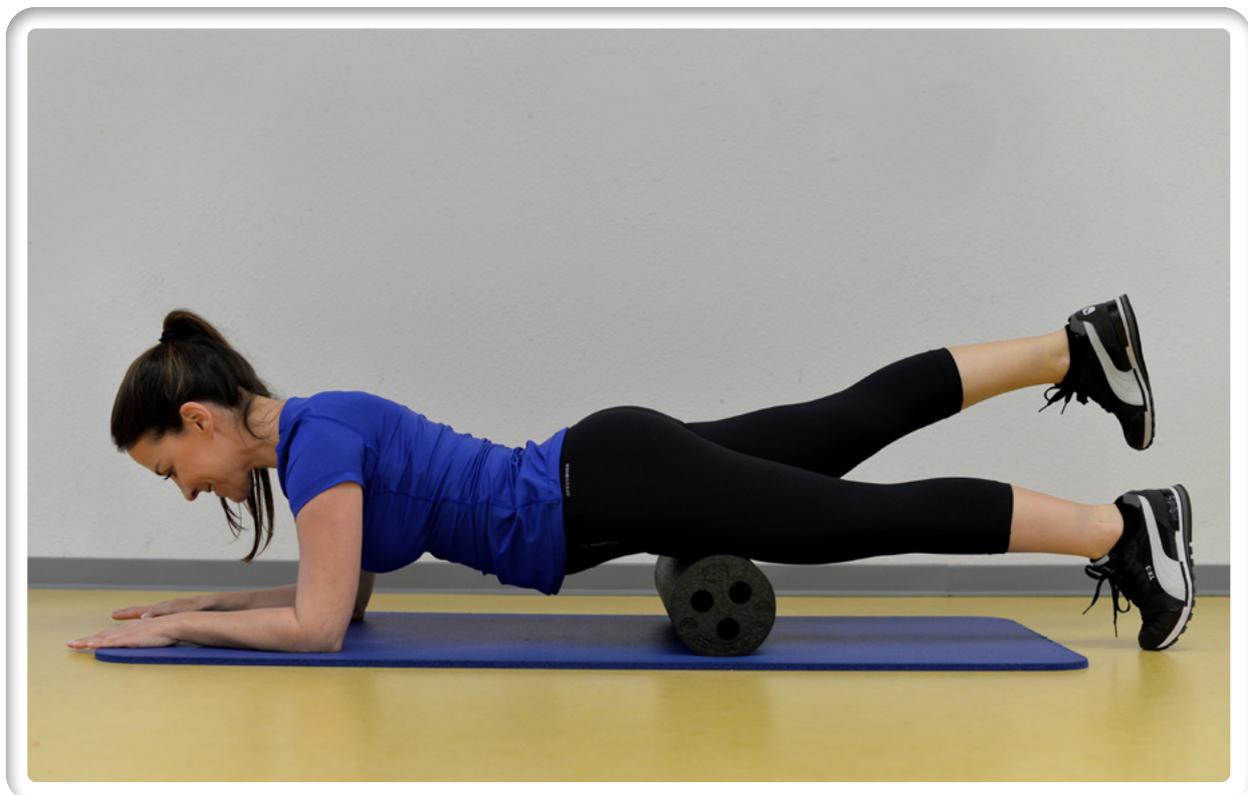


Foto: Picture Alliance

# Fortbildungen – Schleswig-Holstein



Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband  
Schleswig-Holstein e.V.

Friedrich-Ebert-Straße 9, 24837 Schleswig

Telefon: 04621-27689

Fax: 04621-27667

E-Mail: [info@rbsv-sh.de](mailto:info@rbsv-sh.de)

Internet: [www.rbsv-sh.de](http://www.rbsv-sh.de)

AGB/Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Leistungsmessungen im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F1	26.-27.02.22 Bad Malente	26.01.22	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 200,- / Sonstige 400,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die körperliche Leistungsfähigkeit ist ein entscheidender Parameter im Sport sowie auch in der Therapie. Im Rahmen der Fortbildung sollen Testmöglichkeiten der motorischen Hauptfähigkeiten erlernt werden.

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung

Am Puls der Zeit: Trainingsmöglichkeiten im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F2	04.-05.06.22 Bad Malente	04.05.22	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 200,- / Sonstige 400,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Welche Belastungen sind bei internistischen Teilnehmern möglich? Vielfältige Möglichkeiten einer körperlichen Aktivität und des Rehabilitationssports bei internistischen Erkrankungen werden in der Theorie erläutert. In der Praxis werden Modifikationen auf unterschiedliche Leistungsniveaus bei verschiedenen Erkrankungen erarbeitet.

**Zielgruppe:** Innere Medizin, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung und Übernachtung

Umgang mit Herz-Kreislauf-erkrankungen in der orthopädischen Rehabilitationssportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F3	08.-09.10.22 Bad Malente	08.10.22	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 200,- / Sonstige 400,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Viele Rehasportteilnehmer\*innen haben neben einer orthopädischen Erkrankung auch eine Erkrankung des Herz-Kreislaufsystems. Im Rahmen der Fortbildung werden zu Beginn die medizinischen Grundlagen bei Herz-Kreislauf-erkrankungen vorgestellt und im Anschluss Belastungsnormative für das Kollektiv definiert.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung und Übernachtung

Rehabilitationssport nach einer Krebserkrankung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F4	N.N.	N.N.	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 200,- / Sonstige 400,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Im Rahmen der Fortbildung, die in Zusammenarbeit mit der Rehaklinik Schönhagen durchgeführt wird, werden die Möglichkeiten einer sportlichen Aktivität zur Verminderung von Nebenwirkungen in den verschiedenen Therapiephasen besprochen. Die Teilnehmer\*innen erhalten einen Einblick in die onkologische Rehabilitation und hospitieren u. a. an Sportgruppen in der Klinik.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung und Übernachtung



Anmeldung / Kontaktdaten

Landesverband Schleswig-Holstein

# Fortbildungen – Schleswig-Holstein

Erwerb der Prüferberechtigung: Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-Sport	23.04.22 Schleswig	23.03.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 30,- / Sonstige 60,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Deutsche Sportabzeichen soll Anreiz sein, Menschen mit Behinderungen zu einer regelmäßigen Sportaktivität zu motivieren und durch den Sport eine vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit zu erwerben. Die Bedingungen zur Erlangung des Sportabzeichens „für Menschen mit Behinderung“ weichen von denen der Nichtbehinderten mitunter deutlich ab. Spezielle Prüfungsregularien und Disziplinen werden in diesem Lehrgang detailliert vermittelt. Die Teilnehmer*innen werden dazu befähigt die Sportabzeichenprüfung für Menschen mit Behinderung durchzuführen und abzunehmen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tageslehrgang, inklusive Verpflegung. Der „Ausweis Prüfer*in“ für das Deutsche Sportabzeichen muss vorliegen.</p>				

Sport für Alle – Modul Rollstuhlsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH- Alle1	05.02.22 Schleswig	05.01.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
SH- Alle5	11.06.22 Kiel	11.05.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sportarten, Sportmöglichkeiten im Rollstuhl, üben Hindernisse zu bewältigen, Spielregeln anpassen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inklusive Verpflegung</p>				

Sport für Alle – Modul Sehen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH- Alle2	19.02.22 Bad Segeberg	19.01.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
SH- Alle6	10.09.22 Bad Oldesloe	10.08.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sehbeeinträchtigungen in Theorie und Praxis, Sehbehinderungen erlebbar machen, wie verändere ich diesbezüglich mein Sportangebot.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inklusive Verpflegung</p>				

Sport für Alle – Modul Geistige Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH- Alle3	05.03.22 Lübeck	05.02.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
SH- Alle8	05.11.22 Husum	05.10.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Theoretische und praktische Kompetenzen zur Umsetzung von heterogenen Sportspielen für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. Im Rahmen der Fortbildung werden Modelle theoriegeleitet selbst praktisch erprobt und erlebbar.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inklusive Verpflegung</p>				

Sport für Alle – Modul Allgemein				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH- Alle4	19.03.22 Itzehoe	19.02.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
SH- Alle9	26.11.22 Flensburg	26.10.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Inklusion in Theorie und Praxis, anhand beispielhafter Beeinträchtigungen und daraus resultierenden Veränderungsmöglichkeiten des Sportangebots.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen, Therapeut\*innen, Interessierte  
**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung

Sport für Alle – Modul emotionale und soziale Entwicklung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH- Alle7	24.09.22 Neumünster	24.08.22	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Herausfordernde Verhaltensweisen sind vielfältig in ihrem Erscheinungsbild und in ihren Ursachen. Im Rahmen des Modules werden theoretische Grundlagen über herausfordernde Verhaltensweisen im Kontext Sport sowie Handlungskompetenzen vermittelt, wie ich mit herausfordernden Verhaltensweisen konstruktiv umgehen kann.  
**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen, Therapeut\*innen, Interessierte  
**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung



Foto: Picture Alliance

# Fortbildungen – Thüringen



**Thüringer Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e.V.**

August-Röbling-Straße 11

99091 Erfurt

Telefon: 0361-34 53 800

Fax: 0361-34 53 802

E-Mail: [tbrsv@t-online.de](mailto:tbrsv@t-online.de)

Internet: [www.tbrsv.de](http://www.tbrsv.de)

**AGB/Teilnahmebedingungen**

**Anmeldung**

## Yoga – Einstieg im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F01	10.01.22 Online	29.11.21	4	TBRSV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-

**Beschreibung:** Die vielen gesundheitsfördernden Aspekte des Yoga halten in immer mehr Bereichen Einzug. Yoga wirkt nicht nur vorbeugend, sondern unterstützt auch die Aktivierung der Selbstheilungsprozesse im Körper. Dieses Seminar vermittelt als Einstieg dem Rehasport angepasste Yogatechniken. Teilnehmer\*innen mit körperlichen Einschränkungen können dadurch besser betreut werden. Übungsvariationen mit spezifischer Progression oder Regression werden vermittelt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Online-Fortbildung mit Beginn 17.00 Uhr

## Trends rund um den Pezziball

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F02	22.01.22 Elxleben	11.12.21	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-

**Beschreibung:** Neue Übungen mit dem vielseitig einsetzbaren Pezziball zur Verbesserung der Kraft, Ausdauer und Koordination.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Die Bedeutung der Kardiorespiratorischen Fitness für Gesundheit und Langlebigkeit

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F03	26.01.22 Online	15.12.21	4	TBRSV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-

**Beschreibung:** Innerhalb der Fortbildung wird der Begriff der Kardiorespiratorischen Fitness (CRF) bestimmt und die Bedeutung für Gesundheit und Langlebigkeit (in Zeiten von Corona) herausgestellt. Es werden Zusammenhänge zwischen Sitzzeit, körperlicher Aktivität, CRF und Gesundheit/Sterblichkeit gezogen sowie Möglichkeiten des Trainings zur Verbesserung der CRF bei körperlichen Einschränkungen aufgezeigt.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Online-Fortbildung mit Beginn 17.00 Uhr

## Post-COVID – Sport für Körper und Geist

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F04	29.01.22 Jena	18.12.21	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-

**Beschreibung:** In zwei Themenblöcken wird die Sportpraxis bei Post-COVID aus der physischen und psychischen Ebene betrachten. Auf der physischen Ebene werden je nach Organbeteiligung sinnvolle motorische Inhalte herausgearbeitet und Bewegungsbeispiele umgesetzt. Der zweite Themenblock bezieht sich auf die covid-induzierte Depression und soll die psychosozialen Effekte des Rehabilitationssports herausstellen. In spielerischer Form wird überlegt, welche Bewegungsangebote über Entspannungsübungen hinaus besonders hilfreich sind, um sich im Körper wohlfühlen und die Selbstwirksamkeit sowie Abwehrkräfte zu stärken.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Thüringen

(Motivierende) Gesprächsführung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F05	02.02.22 Online	22.12.21	4	TBR SV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Vorstellung und Durchführung beispielhafter Gesprächstechniken zur motivierenden Gesprächsführung und dem aktiven Zuhören.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Fortbildung mit Beginn 17:00 Uhr</p>				

E-Learning

Mit Yoga Mobilität und Kraft in Pandemiezeiten erhalten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F06	21.02.22 Online	10.01.22	4	TBR SV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die wesentlichen Säulen des gesunden Alterns bestehen aus Kraft, Mobilität und Koordination. Diese drei Bereiche können ideal mit Yoga angesprochen werden. Sie erleben aufbauend ein einfaches, angepasstes und effektives Yogatraining, welches Sie sofort mit Ihren Rehasportler*innen umsetzen können. Nutzen Sie die positiven Effekte von Yoga für Ihre Zielgruppe.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Fortbildung mit Beginn 17.00 Uhr</p>				

E-Learning

Sport und Psyche – JA zur Ausbildung, JA zum Angebot				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F07	05.03.22 Jena	22.01.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung richtet sich an interessierte Übungsleiter*innen, die ihr Spektrum in Richtung des Profilblocks 80 Psychiatrie erweitern wollen. Nicht erst durch COVID-19 zählen psychische Erkrankungen zu den häufigsten und langandauerndsten Erkrankungen. Die potenziellen Teilnehmer*innen sind gruppenfähig und Rehasport kann durch Bewegung und Freude Wunder bewirken. Neben der Vorstellung der gängigsten Krankheitsbilder werden auch Möglichkeiten des Aufbaus einer speziellen Rehasportgruppe aufgezeigt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Multimorbidität – Orthopädie meets Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F08	12.03.22 Erfurt	29.01.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Aufgrund des demografischen Wandels und der damit verbundenen höheren Lebenserwartung rücken chronische Erkrankungen und Multimorbidität ins Zentrum der Gesundheitsversorgung der Zukunft. Die Fortbildung zielt auf die Schnittstelle zwischen Orthopädie und Neurologie ab, zumal in der Praxis immer häufiger Diagnosen aus beiden Profilen gemeinsam auftreten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Zeit- und Selbstmanagement				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F09	23.03.22 Online	09.02.22	4	TBR SV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ziel des Seminars ist es, das wir mit den 24 Stunden, die wir pro Tag zur Verfügung haben, bewusst umgehen. Dafür werden wir uns mit Tipps zur Zeitplanung ebenso auseinandersetzen wie mit unseren eigenen Zielen und Prioritäten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Fortbildung mit Beginn 17.00 Uhr</p>				

E-Learning



# Fortbildungen – Thüringen



Mit Techniken aus dem Yoga, Lungen und Immunsystem stärken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F10	04.04.22 Online	21.02.22	4	TBR SV 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Durch langes und tiefes Atmen kann das Immunsystem wirksam unterstützt und die Lebensenergie und Gesundheit gestärkt werden. Außerdem ist Yoga eine gute Art, von Stress zu befreien, sorgt für Entspannung und Ausgeglichenheit. Es kurbelt das Herz-Kreislaufsystem sowie den Stoffwechsel an, wodurch wiederum das Immunsystem gestärkt und Abwehrkräfte aufgebaut werden. Ein Workshop zur Einführung verschiedener Atem- &amp; Meditationstechniken, Entspannungsverfahren und speziellen kurzen Übungssequenzen und Tipps aus dem Ayurveda für starke Abwehrkräfte.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Fortbildung mit Beginn 17.00 Uhr</p>				

Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F11	30.04.22 Elxleben	19.03.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Aktuelles aus Kardiologie und Kreislauftraining, Einordnung der verschiedenen Krankheitsbilder, aktuelle Methoden im ambulanten Herz-, Lungen- und Gefäßsport, Vermittlung von Kompetenzen für eine kardiale Notfallsituation, Krafttraining in der Herzsportgruppe, Erfahrungsaustausch</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Stundenvariationen Wassergymnastik/Tiefwassergymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F12	14.05.22 Arnstadt	02.04.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Besprechung des Elements Wasser, Nutzung diverser Kleingeräte, Planung variabler Stundeninhalte, Individuelle Schwierigkeitsgrade nach Leistungsvermögen der TN planen und durchführen, Einführung Tiefwassergymnastik, Erfahrungsaustausch</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Neuroathletik im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F13	21.05.22 Erfurt	09.04.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Betrachtung der Grundlagen der Bewegungssteuerung (Gleichgewichts-, Vestibulär-, visuelles und propriozeptives System).</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

3 in 1 Mix – Die besten Übungen zur Walking, Nordic Walking und Running Technik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F14	18.06.22 Bad Blankenburg	30.04.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Lerne vielseitige Möglichkeiten kennen, die jeweilige Lauftechnik zu verbessern.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Thüringen

Heart & Soul				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F15	25.06.22 Jena	14.05.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Wie kann ein Bewegungsangebot im Herzsport aussehen, dass sowohl die Ausdauer des Herzens als auch der Seele trainiert? Oft ist die Verbesserung der Ausdauerfähigkeit nicht so wie erhofft, weil der psychischen Komponente zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Zunächst wird sich mit den psychischen Aspekten einer Herzerkrankung auseinandergesetzt, ehe gemeinsame Ideen zur praktischen Umsetzung von Bewegungsmöglichkeiten entwickelt werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Neuromuskuläres Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F16	02.07.22 Erfurt	21.05.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung handelt von dem Zusammenspiel des Nerven- und Muskelsystems und strebt eine Verbesserung der Wechselwirkung an. Bewegung beginnt im Kopf.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Zivilisationskrankheiten in der ambulanten Rehabilitation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F17	10.07.22 Elxleben	28.05.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Entstehung, Theoretische Hintergründe, Diagnostik, Umgang im Alltag, Prävention, Möglichkeiten einer individuellen, auf den*die Teilnehmer*in zugeschnittene Therapie im Rehasport, Besprechung der häufigsten Krankheitsbilder, Zukunftsaussichten, Praktische Herangehensweise, Belastungssteuerung, Erfahrungsberichte, Studienlage.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Funktionelles Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F18	10.09.22 Bad Liebenstein	30.07.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Funktionelles Training ist mehrdimensional, zielorientiert und orientiert sich an Alltagsbewegungen. Es sind oft mehrere Körperteile in eine Übung involviert. Das Funktionelle Training hat verschiedene koordinative Aspekte und bezieht komplexe Funktionen und Abläufe des Bewegungsapparats mit ein.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Prüfer*innen-Lehrgang DSA für MmB				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F19	17.09.22 Bad Blankenburg	06.08.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Erwerb der Zusatzprüf berechtigung des DSA für Menschen mit Behinderung, Verleihmodus, Prüferkarte, Regelwerk nach den neuesten Bedingungen, Praxiseinheit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p>Besonderheiten: Prüf berechtigung DSA für Menschen ohne Behinderung muss vorliegen</p>				
Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F20	08.10.22 Elxleben	13.08.22	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Ganzheitlicher Einblick in die Welt der Faszien inkl. Faszienmobilisation, Faszienstretch und Faszientraining</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				



# Fortbildungen – Thüringen

Propriozeptives, sensomotorisches Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F21	08.10.22 Erfurt	27.08.22	8	TBRVS 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Die Fortbildung umfasst das Training zur Verbesserung des Gleichgewichts, der aktiven Gelenkstabilisation und der intermuskulären Koordination. Neben theoretischen Grundlagen werden vielfältige Übungen und progressive Übungsreihen vorgestellt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				



Ernährung – Trends & Mythen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F22	02.11.22 Online	21.09.22	4	TBRVS 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Im Bereich der Ernährung kursieren viele Trends und Mythen. Doch stimmen all diese Ernährungstipps auch wirklich? Die Fortbildung befasst sich mit gesunder Ernährung und führt ausgewählten Trends und Mythen auf den Zahn.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p>Besonderheiten: Online-Fortbildung mit Beginn 17:00 Uhr</p>				



Achtsamkeit im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F23	09.11.22 Online	28.09.22	4	TBRVS 25,- / DBS 50,- / Nichtmitglieder 75,-
<p><b>Beschreibung:</b> Der Begriff „Achtsamkeit“ ist in aller Munde und jeder hat eine eigene Vorstellung, was Achtsamkeit ist. Die Fortbildung möchte Achtsamkeit als einen Ansatz zur Reduzierung von Stress vermitteln. Rehasportangebote verfolgen den Ansatz die bio-psycho-soziale Gesundheit der Teilnehmer*innen zu fördern, zu erhalten bzw. wiederherzustellen. In diesem Sinne ergänzt die Achtsamkeit den Aspekt, die Ressourcen zur psychischen Stabilität und zur Verbesserung der Körperwahrnehmung zu stärken. Dies werden wir praktisch in Übungen umsetzen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p>Besonderheiten: Online-Fortbildung mit Beginn 18.00 Uhr</p>				

Gesunder Fuß				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-22-F24	19.11.22 Erfurt	08.10.22	8	TBRVS 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Füße sind das Fundament des Körpers und wirken sich so auf die ganze Körperhaltung aus. Ein Übungsprogramm für Best-Ager mit vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten gegen den Büroalltag und altersbedingte degenerative Prozesse.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Württemberg



Württembergischer  
Behinderten- und  
Rehabilitationssportverband e.V.

Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.

Fritz-Walter-Weg 19

70372 Stuttgart

Telefon: 0711-28077620

Fax: 0711-28077621

E-Mail: [t.placht@wbrs-online.net](mailto:t.placht@wbrs-online.net)

Internet: [www.wbrs-online.net](http://www.wbrs-online.net)

## AGB/Teilnahmebedingungen

### Anmeldung

Pilates im Rehasport (Online)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-01-22	08.-09.01.22 Online	15.12.21	16	80,- WBRS-Mitglieder / 160,- Nichtmitglieder
W-Fo-05-22	19.-20.02.22 Online	19.01.22	16	80,- WBRS-Mitglieder / 160,- Nichtmitglieder
W-Fo-30-22	17.-18.12.22 Online	17.11.22	16	80,- WBRS-Mitglieder / 160,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Pilates stellt durch die Kombination von Kraft-, Beweglichkeits- und Achtsamkeitsübungen ein äußerst effektives Ganzkörpertraining dar. Auch im Rehasport kann durch das Einbeziehen bestimmter Pilatesprinzipien, wie z. B. der Aktivierung des Körperzentrums (Powerhouse) oder der Orientierung der Bewegung am Atemrhythmus, eine noch effektivere Art des Übens erfolgen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Referentin:** Juliane Isbrecht

Core Stability und Faszientraining im Rehasport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-02-22	14.-15.01.22 Sportschule Ruit	15.12.21	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-25-22	26.-27.11.22 Landessportschule Albstadt	26.10.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** „Core Stability“ bedeutet so viel wie Kern-Stabilität. Der Kern oder die Körpermitte stellen ein zentrales Stütz- und Bewegungselement im menschlichen Körper dar. Beim Faszientraining handelt es sich der Definition nach um eine Trainingsmethode, die der Förderung der Eigenschaften unseres kollagenen bzw. muskulären Bindegewebes, der sogenannten Faszien, dient.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Referentin:** Anette Kümmel

Stress, Entspannung und Work-Life-Balance Auch ein*e Übungsleiter*in hat Stress und muss entspannen!				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-03-22	21.-22.01.22 Online & Sportschule Ruit	15.12.21	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-27-22	03.-04.12.22 Online	03.11.22	16	80,- WBRS-Mitglieder / 160,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Was ist Stress?
- Warum ist Stress durchaus auch positiv?
- Verschiedene Stressmodelle.
- Welche Strategien gibt es gegen Stress → Stressmanagement

**Zielgruppe:** Orthopädie und Psychische Erkrankungen

**Referent:** Mike Anlauf



Anmeldung / Kontaktdaten

Landesverband Württemberg

# Fortbildungen – Württemberg

## Spiele in Herzgruppen

LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-04-22	05.-06.02.22 Sportschule Ruit	05.01.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Neben der medizinisch begründeten „Einstiegs motivation“ zur Teilnahme an Rehasportgruppen leisten spielpädagogisch konzipierte Spielangebote einen wichtigen Beitrag zur „Bleibemotivation“ und tragen wesentlich zur Verbesserung des Gruppenklimas bei. In diesem Lehrgangsteil lernen die Teilnehmer\*innen zahlreiche Kleine Spiele und Spielvariation kennen, mittels derer sie über Kontakt-, Kennenlern- und Vertrauensspiele und durch Verwendung zahlreicher Kleingeräte ihre Stunden auflockern.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Referent:** Prof Dr. Hanke

## Ausdauer, Kraft und Koordination in Herzsportgruppen

LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-06-22	05.-06.03.22 Landessportschule Albstadt	05.02.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-17-22	17.-18.09.22 Sportpark Ost Ludwigsburg	17.08.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-29-22	16.-17.12.22 Online & Sportpark Ost Ludwigsburg	16.11.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Belastungsdosierung im Ausdauertraining (Dauerbelastung und Intervalltraining)
- Krafttraining mit Herzpatient\*innen
- Methodik von Kraft- und Ausdauertraining

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Referentin:** Anette Kümmel

## Koordinationstraining für Senior\*innen

LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-07-22	19.-20.03.22 Landessportschule Albstadt	19.02.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Schwerpunkt der Fortbildung ist das Koordinationstraining. Aufgaben zum Testen gehören ebenso zum Programm wie auch Anregungen und Übungen für das Training einzelner koordinativen Fähigkeiten. Abgerundet wird das Thema durch Gedächtnistraining und „Denken in Bewegung“, sowie Sturzprävention und abwechslungsreiche Hockergymnastik

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Referent:** Johannes Wörtler

## Update Knie- und Hüftarthrose

LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-08-22	02.-03.04.22 Sportpark Ost Ludwigsburg	02.03.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das Ziel dieser Fortbildung ist es, Ihnen ein Update zu konservativen und operativen Behandlungsmöglichkeiten zu vermitteln und wie Sie dieses neu erlangte Wissen im Rehasport umsetzen können.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Referent:** Stephan Ziegler



# Fortbildungen – Württemberg

Freie Schulter, entspannter Nacken				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-09-22	29.-30.04.22 Sportpark Ost Ludwigsburg	29.03.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es werden praxisorientierte Lehrinhalte in Theorie und Praxis vermittelt. Wiederholung der Anatomie und Muskulatur als Grundlage für zielgerichtete Stundenbilder. Es wird ein Einblick in Krankheitsbilder, die Anatomie von Schulter/Nacken und entsprechende Stundenbilder zu Kräftigung und Dehnungen vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referentin:</b> Yvonne Benz</p>				

Neue Wege der Bewegung bei Menschen mit Geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-10-22	14.-15.05.22 Landessportschule Albstadt	07.04.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wie der Titel schon beinhaltet, wollen wir neue Spiele und Bewegungseinheiten ausprobieren und erfahren. Außerdem wollen wir „Psychomotorik unter Berücksichtigung Erlebnispädagogischer Elemente in der Halle“ anbieten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Referent:</b> Winfried Maulbetsch</p>				

Der Einfluss von Ernährung auf orthopädische Krankheitsbilder				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-11-22	20.-21.05.22 Online & Sportpark Ost Ludwigsburg	20.04.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-15-22	16.-17.07.22 Online	16.06.22	16	80,- WBRS-Mitglieder / 160,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Ernährung zeigt einen entscheidenden Einfluss auf den Krankheitsverlauf verschiedener orthopädischer Krankheitsbilder, kann diesen positiv beeinflussen und Symptome lindern. Ernährungsempfehlungen bei Osteoporose, Arthrose, entzündlichen Gelenkerkrankungen, Krebs. Welche Zusammenhänge bestehen zwischen der Krankheitsentstehung, sowie dem Krankheitsverlauf und der Ernährung? Erhalten Sie einfache und praxistaugliche Tipps für Ihre Tätigkeit als Übungsleiter*in</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referentin:</b> Juliane Isbrecht</p>				

E-Learning

Wassergymnastik				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-13-22	25.-26.06.22 Landessportschule Albstadt	25.05.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Wasser scheinen die Möglichkeiten der Kursgestaltung oft begrenzt. Die Fortbildung soll die Chance geben, mal andere Geräte kennenzulernen, aber auch durch neue Übungen ohne Geräte Abwechslung in die eigenen Gruppen zu bringen. Es wird aber auch bewusst der sportliche Aspekt des Rehasports mit Sport- und Ballspielen seinen Raum finden. Zirkeltraining im Wasser sowie Koordinationstraining werden das Programm abrunden.</p> <p>Die Fortbildung wird überwiegend im Wasser als Praxis stattfinden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Referentin:</b> Brigitte Fritz</p>				



# Fortbildungen – Württemberg



COVID-19 und Long COVID				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-14-22	01.-02.07.22 Online & Sportpark Ost Ludwigsburg	01.06.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-16-22	10.-11.09.22 Online & Sportschule Ruit	10.08.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das Thema COVID-19 und die Langzeitfolgen wird uns in den nächsten Jahren weiterhin begleiten. Das Seminar gibt in Theorie und Praxis Einblicke in die Erkrankung, die Symptome und Möglichkeiten, die Symptome durch entsprechendes Training zu lindern.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin, Neurologie, Psychische Erkrankungen, Orthopädie  
**Referenten:** Fritz Rabus und Michaela Frisch



Multiple Sklerose und Morbus Parkinson				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-18-22	08.-09.10.22 Sportpark Ost Ludwigsburg	08.09.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
W-Fo-26-22	02.-03.12.22 Online & Sportpark Ost Ludwigsburg	02.11.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Neurologische Erkrankungen werden enorm zunehmen. Gerade bei M. Parkinson und MS helfen Sport und gezieltes Training. In diesem Lehrgang wird besprochen was bei den Erkrankungen zu beachten ist und welche spezifischen Übungen am besten helfen.  
**Zielgruppe:** Neurologie  
**Referent:** Sabine Lamprecht

Ganzheitlichkeit im Reha Sport – Einen gesunden Lebensstil fördern durch Salutogenese				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-20-22	22.-23.10.22 Sportpark Ost Ludwigsburg	22.09.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Durch den demographischen Wandel, den veränderten Lebensbedingungen und der Dynamik des Informationsflusses nehmen chronische Erkrankungen, Schmerzen und psychosomatische Symptome zu. Oft werden diese Problematiken durch ständige Ablenkungen durch äußere Einflüsse nicht oder zu selten wahrgenommen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Referentin:** Isabell Michel

Teller Qigong – Pan Zi Gong Gesundheitsübung & Faszientraining				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-21-22	12.-13.11.22 Sportschule Ruit	12.10.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Teller Qigong vermittelt die Gedanken und die Essenz der traditionellen chinesischen Bewegungsarten und Aspekte der modernen Sportwissenschaft auf spielerische Art und Weise. Es verbinden sich Elemente des Kung Fu, Qigong und Tai Chi zu einer harmonischen und trainingsintensiven Übungsreihe.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Referent:** Sören Philipzik

# Fortbildungen – Württemberg

Update Rückenschmerz				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-22-22	05.-06.11.22 Landessportschule Albstadt	05.10.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Ziel dieser Fortbildung ist es, Ihnen ein Update zu konservativen und operativen Behandlungsmöglichkeiten zu vermitteln und wie Sie dieses neu erlangte Wissen im Rehasport umsetzen können. Gutes Vorwissen ist Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang. Auf Grundlagenwissen kann nicht gesondert eingegangen werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referenten:</b> Philipp Hausser und Stephan Ziegler</p>				

Update Knie – Hüfte für Übungsleiter*innen mit Vorqualifikationen (Sport- und Gymnastiklehrer*innen, Physiotherapeut*innen, Sportwissenschaftler*innen etc.)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-23-22	11.-12.11.22 Online & Sportpark Ost Ludwigsburg	11.10.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Ziel dieser Fortbildung ist es, Ihnen ein Update zu konservativen und operativen Behandlungsmöglichkeiten zu vermitteln und wie Sie dieses neu erlangte Wissen im Rehasport umsetzen können. Gutes Vorwissen ist Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang. Auf Grundlagenwissen kann nicht gesondert eingegangen werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referenten:</b> Philipp Hausser und Stephan Ziegler</p>				



Sport nach Krebs – Umgang mit Verlust in der Gruppe; Neurokinetik und Übungen in der Praxis für einen starken Rücken				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-24-22	26.-27.11.22 Landessportschule Albstadt	26.10.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Umgang mit Verlust innerhalb einer Gruppe ist vor allem in Sport nach Krebs Gruppen ein Thema, das häufig eine große Relevanz hat. Gemeinsam wird erarbeitet, wie ein adäquater Umgang aussehen sollte. Im Weiteren gibt es in der Praxis jede Menge Anregungen aus den Bereichen Neurokinetik, Rückentraining und Mentaltraining.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referentinnen:</b> Martina Reinalter und Stefanie Lenk</p>				

Lungensport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W-Fo-28-22	10.-11.12.22 Sportschule Ruit	10.11.22	16	100,- WBRS-Mitglieder / 200,- Nichtmitglieder
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In Zeiten von COVID-19 ist das Thema des Lungensports aktueller denn je. In der Fortbildung werden Besonderheiten von COVID-19 Patient*innen erläutert. In Theorie und Praxis wird auf die Belastungssteuerung eingegangen und Hilfsmittel werden demonstriert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Referentin:</b> Michaela Frisch</p>				





Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg

Telefon: 0203-7174182

Fax: 0203-7174180

E-Mail: [lehre@rollstuhlsport.de](mailto:lehre@rollstuhlsport.de)

Internet: [www.rollstuhlsport.de](http://www.rollstuhlsport.de)

**AGB/Teilnahmebedingungen**

**Anmeldung**

Übungsleiterfortbildung für die Mobilitäts- und Rollstuhltrainingskurse				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22007	08.-09.01.22 Hennef (Sieg)	26.11.21	16	Übungsleiter*innen der Kurse kostenfrei / DRS-Mitglieder 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Inhalte der Rollstuhltrainingskurse sowie Koordination und Planung der Kurse  <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen und Praktikant*innen der Mobilitäts- und Rollstuhltrainingskurse  <b>Besonderheiten:</b> <a href="http://www.drs.org/aus-und-fortbildung">www.drs.org/aus-und-fortbildung</a></p>				

Rollstuhlsport in der Rehabilitation – neue Impulse				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22008	01.04.22 Hannover	04.02.22	8	DRS-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 75,- / Sonstige 175,-
<p><b>Beschreibung:</b> Relevante methodisch-didaktische Aspekte für die Praxis des Rollstuhltrainings sowie Vorstellung neuer Rollstuhlsportarten  <b>Zielgruppe:</b> Fachkräfte und Übungsleiter*innen  <b>Besonderheiten:</b> <a href="http://www.drs.org/aus-und-fortbildung">www.drs.org/aus-und-fortbildung</a></p>				

Rollstuhlversorgung und Mobilitätsförderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22009	11.-12.06.22 Hennef (Sieg)	29.05.22	16	DRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 150,-
<p><b>Beschreibung:</b> Es werden Aspekte einer guten Rollstuhlversorgung, -anpassung und -einstellung thematisiert, ebenso wie Grundtechniken des Rollstuhlfahrens. Darüber hinaus werden spezielle Fahrtechniken für den Alltag sowie allgemeine Übungen und Beispiele zur Mobilitätsförderung und -verbesserung durch Rollstuhlsport vermittelt.  <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Therapeut*innen, Lehrer*innen, Mitarbeiter*innen im Rehabilitationsfachhandel, Rollstuhlnutzer*innen und Eltern  <b>Besonderheiten:</b> <a href="http://www.drs.org/aus-und-fortbildung">www.drs.org/aus-und-fortbildung</a></p>				

Rollstuhlsport mit Kindern und Jugendlichen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22010	24.-25.09.22 Hennef (Sieg)	12.08.22	16	DRS-Mitglieder kostenfrei / Sonstige 90,-
<p><b>Beschreibung:</b> Spiel- und Übungsformen im Kinder- und Jugendrollstuhlsport; Erfahrungsaustausch der Übungsleiter*innen  <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen der Kinder- und Jugendgruppen für Rollstuhlsport, Übungsleiter*innen im inklusiven Kinder- und Jugendsport, Interessierte  <b>Besonderheiten:</b> <a href="http://www.drs.org/aus-und-fortbildung">www.drs.org/aus-und-fortbildung</a></p>				

Rollstuhlbasketball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22011	N. N.	N. N.	16	250€ (mit Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Beschreibung:</b> im Rahmen der Deutschen Meisterschaft der Damen. Fortbildung inkl. Spielbeobachtungen  <b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen im Rollstuhlbasketball und Interessierte  <b>Besonderheiten:</b> alle Informationen unter <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a></p>				
Rollstuhlbasketball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22012	N. N.	N. N.	16	250€ (mit Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Beschreibung:</b> Grundtechniken und neue Ideen für die Praxis  <b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen im Rollstuhlbasketball und Interessierte  <b>Besonderheiten:</b> alle Informationen unter <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a></p>				
Rollstuhlbasketball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-22013	N. N.	N. N.	16	250€ (mit Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Beschreibung:</b> Kinder und Jugendliche im Rollstuhlbasketball – Herausforderungen in Theorie und Praxis  <b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen im Rollstuhlbasketball und Interessierte  <b>Besonderheiten:</b> alle Informationen unter <a href="http://www.rollstuhlbasketball.de">www.rollstuhlbasketball.de</a></p>				



# Fortbildungen – DBS-Akademie



**DBS-Akademie gGmbH**

Vormannstr. 9  
48565 Steinfurt

Telefon: 02552-6392847

Fax: 02552-9944857

E-Mail: [info@dbs-akademie.de](mailto:info@dbs-akademie.de)

Internet: [www.dbs-akademie.de](http://www.dbs-akademie.de)

AGB/Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Sitzhocker – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-01 Fobi	08.01.22 Münster	11.12.21	8	75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch unterschiedliche Faszienübungen, sowie Schulter- und Nackenübungen im Sitzen, bekommen Sie einen praxisorientierten Einblick in die Möglichkeiten des Sitzsportes. Ergänzend werden auch gezielte Kraft- und Dehnübungen aufgezeigt. In Verbindung mit der sinnvollen Einbindung der Musik werden kleine Tanzchoreografien entwickelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				

Rehasport und Krebserkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-02 Fobi	18.-19.02.22 Arnsberg	21.01.22	16	150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die positiven Auswirkungen des Sports während der Therapie und in der Nachsorge von Krebserkrankungen sind wissenschaftlich belegt. Dennoch stellen sich Übungsleiter*innen immer wieder die Frage: „Was machen ich in welcher Phase?“ Wir beschäftigen uns an diesem Wochenende mit den medizinischen und sportpädagogischen Grundlagen in Theorie und Praxis. Es werden exemplarische Inhalte und "Muster-Rehasport-Einheiten" erarbeitet. Der Schwerpunkt liegt auf den Bereichen Mamma-Karzinom, Prostata-, Darm- und Gebärmutter-Krebs.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Sport in der Krebsnachsorge</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Übernachtung und Verpflegung</p>				

Beweglichkeitstraining für den Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-03 Fobi	08.04.22 Arnsberg	11.03.22	8	75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bei vielen Teilnehmenden im Rehasport ist die Beweglichkeit eingeschränkt. Dadurch entsteht eine erhöhte Unfallgefahr im Alltag. In dieser Fortbildung wird der Zusammenhang des Beweglichkeitstrainings und einem sicheren Alltag vorgestellt. Erarbeitet und durchgeführt werden praktische Inhalte zur Umsetzung des Beweglichkeitstrainings im Rehasport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				

Schulter und HWS im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-04 Fobi	09.04.22 Arnsberg	11.03.22	8	75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Viele Menschen leiden heutzutage unter Problemen im Schulter- und HWS-Bereich. Vorstellung und Erarbeitung von kreativen Übungen mit den Schwerpunkten Mobilisation, Beweglichkeit, Dehnfähigkeit und Entspannung unter Einbindung von Alltagsmaterialien und Kleinstgeräten sind Inhalt dieser Fortbildung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				

# Fortbildungen – DBS-Akademie

Trainingserfolge durch Rehasport? Ja oder Nein?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-05 Fobi	16.-17.09.22 Hamm	19.08.22	16	195,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Kann man durch Rehasport Trainingserfolge erzielen? JA – Dafür müssen die Teilnehmenden jedoch lernen, Eigenverantwortung zu übernehmen. In dieser Fortbildung werden sowohl praktische Inhalte als auch theoretische Inhalte über die Themen Sport und Ernährung für orthopädische Krankheitsbilder vermittelt. Die Teilnehmenden sollen lernen sich zur Umsetzung im Alltag zu motivieren und Eigenverantwortung zu übernehmen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung</p>				
Alles ohne Liegen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-06 Fobi	12.11.22 Hennef	14.10.22	8	75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Übungen kennen wir reichlich, gerade Bauch-, Rücken- und Entspannungsübungen – aber ohne Rückenlage?? Wir stellen uns der Herausforderung und entwickeln und erarbeiten die „neue“ Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Anatomiewissen und lernen Möglichkeiten zur Kräftigung und zur Entspannung kennen und schätzen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				
Fuß – Becken – Wirbelsäule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2022-07 Fobi	13.11.22 Hennef	14.10.22	8	75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Zusammenhänge zwischen Fuß- und Beckenstellung, der damit verbundenen Spannung im Beckenboden, der Aufrichtung der Wirbelsäule und der Be- und Entlastung des Schultergürtels werden sowohl anatomisch als auch praktisch deutlich gemacht. Körperwahrnehmung, propriozeptives Training, die Erfahrung von Kernstabilität (Aufrichtung durch die inneren Muskeln), die Verdeutlichung von Muskelketten und der Vermeidung überflüssiger Belastungen bilden die Inhalte.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				





**Deutsche Behindertensportjugend**  
- im Haus der Gold-Kraemer-Stiftung -  
Tulpenweg 2-4  
50226 Frechen  
Telefon: 02234 6000 211  
Fax: 02234 6000 150  
E-Mail: [dbsj@dbs-npc.de](mailto:dbsj@dbs-npc.de)  
Internet: [www.dbsj.de](http://www.dbsj.de)

Die Deutsche Behindertensportjugend wird im Jahr 2022 verschiedene für den Kinder- und Jugendsport relevante Schulungen, Workshops und Seminare zu Themen wie „Junges Engagement/Juniorteam“, „Persönlichkeitsentwicklung“ und „Prävention sexualisierter Gewalt“ anbieten. Die Ausschreibungen werden den DBS-Landes- und Fachverbänden zugesendet sowie auf der DBSJ-Homepage und in den sozialen Medien veröffentlicht.

Des Weiteren sind Referent\*innen-Schulungen und Workshops zum Handbuch „Teilhabe und Vielfalt – Qualifikationsinitiative“ geplant. Es besteht zudem die Möglichkeit, exklusive Referent\*innen-Schulungen zum Handbuch für einen definierten Personenkreis bei der Deutsche Behindertensportjugend anzufragen.

### **Referent\*innen-Schulung „Teilhabe und Vielfalt – Qualifikationsinitiative“**

In dem Kooperationsprojekt „Teilhabe und Vielfalt – Qualifikationsinitiative“ wurde mit der Deutschen Sportjugend (dsj) zusammen ein Handbuch mit Arbeitsmaterialien entwickelt, das acht sportartenübergreifende Module zur Schulung von ehrenamtlich und hauptberuflich Engagierten zu „Teilhabe und Vielfalt“ (Inklusion) im Kinder- und Jugendsport enthält. Bei der Erarbeitung wurden bestehende Materialien – vorzugsweise des organisierten (Kinder- und Jugend-)Sports – herangezogen. Der Fokus liegt in dem Handbuch auf dem Thema „Kinder und Jugendliche mit Behinderungen“.

Im Folgenden sind die Modulthemen aufgeführt:

1. Vielfalt und gleichberechtigte Teilhabe als Chance
2. Vielfältige Behinderungsformen – eine Übersicht
3. Öffnung für die Vielfalt – der Inklusionsprozess
4. Vielfältig Anleiten – variieren, instruieren und kommunizieren
5. Vielfältig Sporttreiben – Sportliche Aktivitäten von Menschen mit und ohne Behinderung
6. Vielfältig Strukturieren – planen, organisieren und gestalten
7. Vielfältig Spielen – anpassen, variieren und weiterentwickeln
8. Vielfalt wertschätzen und Grenzen erkennen

Die Schulungen, die die ausgebildeten Referent\*innen der Verbände anbieten, können im Hinblick auf Inhalt und Dauer sehr individuell zugeschnitten sein, um den Bedarf der jeweiligen Zielgruppe zu decken. Je nach Zielsetzung und zeitlichem Rahmen können die acht Module einzeln, in ihrer Gesamtheit oder flexibel kombiniert genutzt werden. Übergeordnetes Ziel ist, einen niedrigschwiligen Zugang zum Thema „Teilhabe und Vielfalt“ (Inklusion) zu schaffen. Bei Interesse können vertiefende Aus- und Fortbildungen bei den Verbänden besucht werden. Referent\*innen der DBS-Landes- und Fachverbände können selbstverständlich die Schulungen auch (ggf. in Kooperation) für andere Verbände anbieten.



# Unsere ultraschnellen Typen

## Aral Ultraschnellladesäule

Bis zu 300 Kilowatt Ladeleistung  
An immer mehr Aral Tankstellen  
Mit 100% grünem Strom

## David Behre

400 Meter in 46,23 Sekunden  
Paralympics  
Mit seiner inneren Energie

Seit 2015 unterstützt bp in Deutschland das Team D Paralympics und Athlet David Behre.

Mehr über unser Paralympisches Engagement: [bp.de/paralympics](https://bp.de/paralympics)



Aral ist eine Marke der bp in Deutschland



Höchstleistung kann nur bringen, wer an sich glaubt, wer gefordert und gefördert wird. Dieses Prinzip ist fest in unseren Werten verankert und leitet Mitarbeiter genauso wie Topathleten und Nachwuchssportler, die wir seit mehr als 100 Jahren vielfältig unterstützen. Inklusion und gemeinsames Training gehören zur Sportförderung von Bayer. Genauso wie die Freude am gemeinsamen Erfolg.

[www.sport.bayer.de](http://www.sport.bayer.de)

# Höchstleistung



 <p>TEAM PARALYMPICS</p>	 <p>BAYER</p> <p>Key Partner</p>
---	---