

Toyota – Top Partner und Nationaler Förderer

# EIN ZIEL. EIN TEAM.

Bestleistung braucht ein starkes Team und dafür steht das Team Toyota: Als Partner des Team Deutschland Paralympics fördern wir gemeinsam paralympische Athleten wie Speerwerfer Mathias Mester auf ihrem Weg nach Tokio 2020/21.

[toyota.de/startyourimpossible/team-toyota](https://toyota.de/startyourimpossible/team-toyota)



Kraftstoffverbrauch RAV4 Team Deutschland Hybrid, 2,5-l-VVT-i Benzinmotor 131 kW (178 PS) und Elektromotor 88 kW (120 PS), Systemleistung 160 kW (218 PS), stufenloses Automatikgetriebe (4x2), innerorts/außerorts/kombiniert: 4,9/4,5/4,6 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 105 g/km.

# Vorwort

Liebe Leser\*innen,

durch die Corona-Pandemie befinden wir uns aktuell in einer für uns ungewohnten Zeit. Viele von uns mussten in den vergangenen Monaten auf die Teilnahme an Sport- und/oder Bildungsangeboten verzichten. Dadurch wurden die positiven sozialen und gesundheitlichen Effekte des Sporttreibens ebenfalls stark eingeschränkt.

Der Deutsche Behindertensportverband e. V. (DBS) hat auf diese 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 wieder Angebote stattfinden können, wurde spätestens jetzt deutlich, dass der DBS mit seinen Zielen zur zunehmenden Digitalisierung auf dem richtigen Weg ist. Dazu werden Sie in diesem DBS-Lehrgangsplan 2021 nun Marker finden, die auf die zahlreichen E-Learning Angebote hinweisen. Zusammen mit unseren Landes- und Fachverbänden sowie der DBS-Akademie möchten wir es Ihnen ermöglichen, die ein oder andere Aus- bzw. Fortbildung (in Teilen) online durchzuführen.

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 2021 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 Behinderung fachgerecht anzuleiten.

Im Namen des Ausschusses Bildung/Lehre des DBS möchte ich mich für das großartige und beeindruckende Engagement der Landes- und Fachverbände sowie der DBS-Akademie und auch ausdrücklich für Ihr persönliches Engagement für Menschen mit Behinderung herzlich bedanken.

Klicken Sie sich nun gerne durch den DBS-Lehrgangsplan 2021. 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



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

Ausbildungssystem.....	5
Informationen für Teilnehmer*innen.....	6
Anerkennung von Vorqualifikationen .....	8
Kontaktdaten der Landes-/Fachverbände und der DBS-Akademie .....	10
Abkürzungen .....	12
Ausbildungslehrgänge .....	13
Block 10 – Grundlagen .....	13
Block P8 – Verkürzte Grundlagen .....	18
Block P16 – Verkürzte Grundlagen .....	19
Block 30 – Orthopädie.....	22
Block 40 – Innere Medizin .....	28
Block 60 – Neurologie .....	30
Block 70 – Geistige Behinderung .....	31
Block 80 – Psychiatrie.....	32
Block 100 – Breitensport .....	33
Block 300 – Leistungssport.....	33
Sonderlehrgänge – Physiotherapeut*innen.....	34
Sonderlehrgänge – Lehrer*innen .....	38
Sonderlehrgänge – Fitnesstrainer*innen.....	39
Weiterbildungslehrgänge.....	41
Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins .....	41
Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung.....	42
Fortbildungslehrgänge .....	44
Baden.....	44
Bayern.....	49
Berlin .....	58
Brandenburg .....	69
Bremen .....	72
Hamburg.....	74
Hessen .....	75
Mecklenburg-Vorpommern.....	83
Niedersachsen .....	86
Nordrhein-Westfalen .....	97
Rheinland-Pfalz .....	132
Saarland.....	145
Sachsen.....	149
Sachsen-Anhalt .....	159
Schleswig-Holstein .....	163
Thüringen.....	166
Württemberg.....	170
Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.....	176
DBS-Akademie .....	178
Deutsche Behindertensportjugend (DBSJ) .....	181

# Inhaltsverzeichnis

## **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

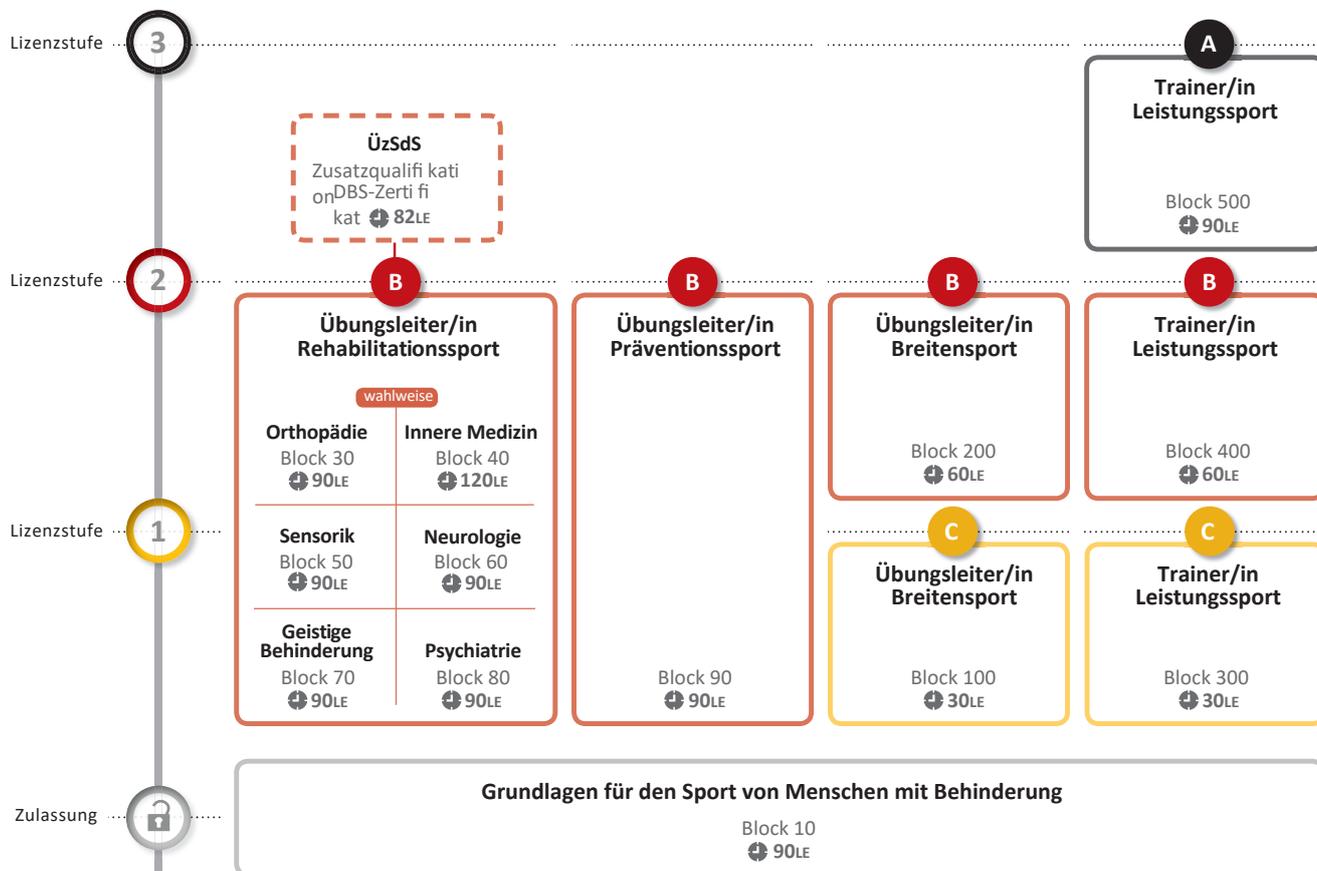
- Übungsleiter/in C – Breitensport – Behindertensport (Block 100) 30 LE
- Übungsleiter/in B – Breitensport – Behindertensport (Block 200) 60 LE

## 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. teilweise ein Online-Portal zur Verfügung, die auf der Homepage 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 Homepage 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. 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).

## 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 zwei 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 vier 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 vier bzw. zwei 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 vier 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 zwei 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 zwei Jahren:** Beim Überschreiten der Gültigkeitsdauer von mehr als zwei 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 vier 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 desurlaubes, 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 Internetseite 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
Gymnasiallehrer/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 Gymnasiallehrer/innen, Diplom-Sportlehrer/innen und Diplomsportwissenschaftler/innen) durchgeführt. Hier werden in 50 Lerneinheiten, die fehlenden Inhalte aus den Blöcken 10 und 30 vervollständelt.

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 werden. Interessenten wenden sich an den zuständigen Landes- oder Fachverband oder an die DBS-Akademie.



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</p>  <p>PARALYMPICS</p> 	 <p>Co Förderer</p>
--	--

# Kontaktdaten



## **Badischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.**

Mühlstraße 68  
76532 Baden-Baden  
Tel.: 07221-39618-0  
Fax: 07221-39618-18  
bbs@bbsbaden.de  
www.bbsbaden.de



## **Behinderten- und Rehabilitations- Sportverband Bayern e.V.**

Georg-Brauchle-Ring 93  
80992 München  
Tel.: 089-544189-90  
Fax: 089-544189-99  
beck@bvs-bayern.com  
www.bvs-bayern.com



## **Behinderten- und Rehabilitations- Sportverband Berlin e.V.**

Hanns-Braun-Str./Kursistenflügel  
14053 Berlin  
Tel.: 030-30833870  
Fax: 030-3083387200  
info@bsberlin.de  
www.bsberlin.de  
www.sportbildung.berlin



## **Behinderten- und Rehabilitations- sportverband Brandenburg e.V.**

Dresdener Straße 18  
03050 Cottbus  
Tel.: 0355-48646325  
Fax: 0355-48646329  
thomel@bsbrandenburg.de  
www.bsbrandenburg.de



## **Behinderten Sportverband Bremen e.V.**

Heinstraße 25-27  
28213 Bremen  
Tel.: 0421-2778445  
Fax: 0421-9606090  
anmeldung@behindertensport-  
bremen.de  
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  
www.brs-hamburg.de



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

Esperantostraße 3  
36037 Fulda  
Tel.: 0661-869769-0  
Fax: 0661-869769-29 geschaeft  
sstelle@hbrs.de 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  
www.vbrs-mv.de



## **Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.**

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover  
Tel.: 0511-12685104  
Fax: 0511-126845100  
will@bsn-ev.de  
www.bsn-ev.de

# Kontaktdaten



## Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Tel.: 0203-7174-155 oder -157  
Fax: 0203-7174-257 oder -163  
neuwald@brsnw.de  
napiwotzki@brsnw.de  
www.brsnw-qualifizierung.de



## Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz e.V.

Parkstr. 7  
56075 Koblenz  
Sebastian Kamps: 0261-97387850  
sebastian.kamps@bsv-rlp.de  
Mara Kozulovic: 0261-97387853  
mara.kozulovic@bsv-rlp.de  
Fax: 0261-97387859  
www.bsv-rlp.de



## Behinderten- und Rehabilitationssportverband 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  
www.brs-saarland.de



## Sächsischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.

Goyastraße 2d  
04105 Leipzig  
Tel.: 0341-2310660  
Fax: 0341-23106610  
sbv@behindertensport-sachsen.de  
www.behindertensport-sachsen.de



## Behinderten- und Rehabilitationssportverband Sachsen-Anhalt e.V.

Am Steintor 14  
06112 Halle  
Tel.: 0345-5170824  
Fax: 0345-5170825  
info@bssa.de  
www.bssa.de



## Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband Schleswig-Holstein e.V.

Friedrich-Ebert-Straße 9  
24837 Schleswig  
Tel.: 04621-27689  
Fax: 04621-27667  
rbsv-sh@foni.net  
www.rbsv-sh.de



## Thüringer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.

August-Röbling-Straße 11  
99091 Erfurt  
Tel.: 0361-34 53 800  
Fax: 0361-34 53 802  
tbrsv@t-online.de  
www.tbrsv.de



## Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.

Fritz-Walter-Weg 19  
70372 Stuttgart  
Tel.: 0711-28077620  
Fax: 0711-28077621  
info@wbrs-online.net  
www.wbrs-online.net



## Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Tel.: 0203-7174182  
Fax: 0203-7174180  
lehre@rollstuhlsport.de  
www.rollstuhlsport.de



## DBS-Akademie gGmbH

Vormannstr. 9  
48565 Steinfurt  
Tel.: 02552-6392847  
Fax: 02552-9944857  
info@dbs-akademie.de  
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
<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
<b>BAD-</b> 2110101	02.-07.02.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	20.12.20	BBS-Mitglieder 180,- / Koop. 540,- / Sonstige 1020,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung  Block 10 Teil 1 Teil 2 = P16
<b>BAD-</b> 210102	23.-28.03.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	02.02.21		
<b>BAD-</b> 2110103	12.-17.10.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	24.08.21		
<b>BAD-</b> 2210101	08.-13.02.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	21.12.21		
<b>BAY-</b> G-A-2101 Modul 1 Modul 2 Modul 3 Modul 4 Modul 5	16.-17.01.21 06.-07.02.21 06.-07.03.21 17.-18.04.21 08.-09.05.21	Königsbrunn	16.11.20	Mitglieder BVS und DBS 330,- / Sonstige 880,-	
<b>BAY-</b> G-A-2102 Modul 1-4 Modul 5	29.05.-04.06.21 26.-27.06.21	Augsburg	29.03.21		
<b>BAY-</b> G-A-2103 Modul 1-4 Modul 5	31.07.-06.08.21 04.-05.09.21	Gersthofen	31.05.21		
<b>B-</b> 21-1001	23.-24.01.21 12.-14.02.21 19.-21.02.21 26.-28.02.21 05.03.21 20.-21.03.21	Berlin & Online	04.01.21	DBS 435,- / DOSB 475,- / Sonstige 545,-	Online abends: 12.02./ 19.02./ 26.02./ 05.03. Online vormittags: 13.-14.02./ 20.-21.02. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung



## Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
 B-21-1002	26.01.-07.02.21	Berlin & Online	04.01.21		Online abends: 26.01.-29.01. Online vormittags: 30./ 31.01. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-1003	24.-25.04.21 07.-09.05.21 28.-30.05.21 04.-06.06.21 11.06.21 19.-20.06.21	Berlin & Online	26.03.21		Online abends: 07.05./ 28.05./ 04.06./ 11.06. Online vormittags: 08.-09.05./ 29.-30.05. Ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-1004	23.-31.07.21 02.-06.08.21	Berlin & Online	25.06.21		Online abends: 23.07. Online vormittags: 24.-28.07./31.07. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-1005	14.-15.08.21 20.-22.08.21 03.-05.09.21 10.-12.09.21 17.09.21 25.-26.09.21	Berlin & Online	16.07.21		Online abends: 20.08./ 03.09./ 10.09./ 17.09. Online vormittags: 21.-22.08./ 04.-05.09. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-1006	30.-31.10.21 05.-07.11.21 19.-21.11.21 26.-28.11.21 03.12.21 08.-09.01.22	Berlin & Online	01.10.21		Online abends: 05.11./ 19.11./ 03.12. Online vormittags: 06.-07.11./ 20.-21.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR- BL10-1-21	07.-09.05.21 28.-30.05.21 05.-06.06.21 12.-13.06.21	Frankfurt/Oder	07.04.21	BSB 425,- / DBS 470,- / Sonstige 530,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Beginn Freitag ab 16.00 Uhr
BR- BL10-2-21	10.-12.09.21 17.-19.09.21 25.-26.09.21 09.-10.10.21	Potsdam	10.08.21		
BRE- 2021-A10-001	25.-29.01.21 08.-11.02.21	Bremen	28.12.20	BSB und DBS 780,- / Sonstige 860,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
BRE- 2021-A10-002	06.-10.09.21 27.-30.09.21	Bremen	09.08.21		
DRS- 21001	22.-25.04.21 27.-30.05.21 08.-11.07.21	Hennef	25.02.21	DRS-Mitglieder 450,- / DBS- Mitglieder 750,- / Sonstige 1050,-	ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
HH- 211001	09.-10.01.21 16.-17.01.21 23.-24.01.21 30.-31.01.21 06.02.21	Hamburg	16.12.20	BRSH 320,- / andere Verbände 570,-	ohne Übernachtung
H- 10121	25.-30.01.21 12.-14.02.21	Frankfurt	13.12.20	HBR 450,- / DBS 720,- / Sonstige 845,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
H- 10221	23.-25.04.21 30.04.-02.05.21 10.-12.05.21	Wetzlar	14.02.21		

## Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-10321	05.-10.07.21 16.-18.07.21	Wetzlar	25.04.21	HBRS 450,- / DBS 720,- / Sonstige 845,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
H-10421	08.-13.11.21 22.-24.11.21	Frankfurt	26.09.21		
NDS-21.1A	08.-10.01.21	Hannover	01.12.20	BSN 85,- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 160,- / Privat 320,-	Teil 1 Leitung: Tanja Meier
NDS-21.2A	08.-10.01.21	Hannover	01.12.20		Teil 1 Leitung: Tanja Meier
NDS-21.3A	05.-07.02.21	Hannover	01.01.21		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.4A	05.-07.02.21	Hannover	01.01.21		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.5A	04.-06.06.21	Hannover	23.04.21		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS-21.6A	23.-25.07.21	Hannover	11.06.21		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.7A	23.-25.07.21	Hannover	11.06.21		Teil 1 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.8A	06.-08.08.21	Hannover	25.06.21		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS-21.9A	06.-08.08.21	Hannover	25.06.21		Teil 1 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS-21.10A	20.-22.08.21	Hannover	09.07.21		Teil 1 Leitung: Tanja Meier
NDS-21.1B	12.-14.02.21	Hannover	01.01.21		Teil 2 Leitung: Beate Pelz
NDS-21.2B	20.-21.02.21	Hannover	01.01.21	Teil 2 Leitung: Tanja Meier	
NDS-21.3B	11.-13.06.21	Hannover	30.04.21	Teil 2 Leitung: Maren Klostermann	
NDS-21.4B	30.07.-01.08.21	Hannover	18.06.21	Teil 2 Leitung: Beate Pelz	
NDS-21.5B	13.-15.08.21	Hannover	02.07.21	Teil 2 Leitung: Tanja Meier	
NDS-21.6B	27.-29.08.21	Hannover	16.07.21	Teil 2 Leitung: Maren Klostermann	
NDS-21.1C	15.-19.02.21	Hannover	15.12.20	BSN 160,- / andere LV/BSN-Ver- eine mit bes. Status 370,- / Privat 640,-	Teil 3 Leitung: Till Siekmann-Fuß

## Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
NDS-21.2C	08.-12.03.21	Hannover	23.01.21		Teil 3 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.3C	28.06.-02.07.21	Hannover	14.05.21		Teil 3 Leitung: Beate Pelz
NDS-21.4C	13.-17.09.21	Hannover	30.07.21		Teil 3 Leitung: Maren Klostermann
NDS-21.5C	20.-24.09.21	Hannover	06.08.21		Teil 3 Leitung: Till Siekmann-Fuß
NDS-21.6C	27.09.-01.10.21	Hannover	13.08.21		Teil 3 Leitung: Beate Pelz
NW-211001	01.-05.02.21 01.-04.03.21	Hamm	20.12.20	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-211002	+16 LE online 30.-31.01.21 27.-28.02.21 13.-14.03.21 27.-28.03.21	Bottrop	20.12.20	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
NW-211003	06.-11.04.21 23.-25.04.21	Essen	06.03.21		
NW-211004	+16 LE Online 05.-06.06.21 12.-13.06.21 26.-27.06.21 03.-04.07.21	Bottrop	05.05.21		
NW-211005	12.-16.07.21 02.-05.08.21	Arnsberg	12.06.21		
NW-211006	09.-13.08.21 23.-26.08.21	Hamm	09.07.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-211007	13.-17.09.21 04.-06.10.21	Bergisch Gladbach	13.08.21		
NW-211008	10.-12.09.21 08.-10.10.21 19.-21.11.21 10.-12.12.21	Bielefeld	10.08.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
NW-211009	08.-12.11.21 22.-25.11.21	Übach-Palenberg	08.10.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-211010	+16 LE online 13.-14.11.21 27.-28.11.21 04.-05.12.21 18.-19.12.21	Duisburg	13.10.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
RP-211001	10.-17.01.21 19.-21.02.21	Wertach/Bayern Edenkoben/Pfalz	14.12.20	(A) 450,- / (B) 750,- / (C) 1.000,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-211002	12.-16.04.21 07.-09.05.21	Edenkoben/Pfalz Bitburg/Eifel	12.03.21		
RP-211003	21.-25.07.21 13.-15.08.21	Bitburg/Eifel	18.06.21		
RP-211004	06.-10.10.21 05.-07.11.21	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	03.09.21		

## Ausbildungen – Block 10 Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
SL-2101/1	03.-10.01.21	Völklingen	13.12.20	BRS Saarland 330,- / andere LV 380,- / Sonstige 430,-	ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Online: 03.-05.01.21 Präsenz: 06.-10.01-21
SL-2101/2	20.-26.02.21	Völklingen	31.01.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien
SL-2101/3	02.-09.07.21	Völklingen	11.06.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Online: 02.-04.07.21 Präsenz: 05.-09.07.21
SL-2101/4	14.-20.08.21	Völklingen	24.07.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien
SL-2101/5	10.-17.09.21	Völklingen	20.08.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Online: 10.-12.09.21 Präsenz: 13.-17.09.21
SL-2101/6	08.-14.10.21	Völklingen	17.09.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien
SAN-21-G01	15.-19.02.21 01.-03.03.21	Halle (Saale)	21.12.20	BSSA-Mitglieder 395,- / DBS-Mitglieder 675,- / Sonstige 1000,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
SAN-21-G04	31.05.-03.06.21 14.-17.06.21	Online-Seminar Halle (Saale)	05.04.21		
SAN-21-G06	04.-08.10.21 18.-20.10.21	Magdeburg	09.08.21		
SH-10a	08.-10.01.21 22.-24.01.21 12.-14.01.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 375,- / Sonstige 750,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
SH-10b	14.-16.05.21 28.-30.05.21 18.-20.06.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
SH-10c	16.-18.07.21 30.07.-01.08.21 20.-22.08.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
W-B10-1-1-2-P	04.-08.01.21 14.-17.01.21 30.01.21	Landessport- schule Albstadt	04.12.20	WBRS Mitglieder 720,- / Nichtmitglieder 1150,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-B10-2-1-2-P	29.03.-01.04.21 06.-10.04.21 24.04.21	Landessport- schule Ruit	28.02.21		
W-B10-3-1-2-P	02.-06.08.21 16.-19.09.21 02.10.21	Landessport- schule Albstadt	02.07.21		
W-B10-4-1-2-P	02.-06.11.21 11.-14.11.21 25.11.21	Landessport- schule Ruit	02.10.21		



# 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	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-S-A-2101	09.10.21	Augsburg	09.08.21	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 300,-	
B-21-P801	18.-19.03.21	Online	19.02.21	DBS 45,- / DOSB 75,- / Sonstige 120,-	Jeweils beide Termine abends online. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
B-21-P802	10.-11.06.21	Online	14.05.21		
B-21-P803	02.-03.09.21	Online	06.08.21		
B-21-P804	11.-12.11.21	Online	15.10.21		
BR-P8-1-21	08.05.21	Frankfurt/Oder	07.04.21	BSB 55,- / DBS 75,- / Sonstige 110,-	mit Verpflegung
BR-P8-2-21	11.09.21	Potsdam	10.08.21		
NW-212001	+4 LE online 09.01.21	Duisburg	27.01.20	55,- BRSNW-Vereine Tarif A 75,- BRSNW-Vereine Tarif B, 110,- andere LV, Koop., Externe	ohne Mittagessen
NW-212002	13.04.21	Duisburg	13.03.21		mit Mittagessen
NW-212003	+4 LE online 18.08.21	Duisburg	13.07.21		ohne Mittagessen
NW-212004	01.10.21	Duisburg	01.09.21		mit Mittagessen
NW-212005	26.11.21	Duisburg	26.10.21		mit Mittagessen
RP-21P801	20.02.21	Edenkoben/Pfalz	22.01.21	(A) 55,- / (B) 75,- / (C) 110,-	mit Mittagessen
RP-21P802	08.05.21	Bitburg/Eifel	09.04.21		
RP-21P803	14.08.21	Bitburg/Eifel	16.07.21		
RP-21P804	06.11.21	Edenkoben/Pfalz	08.10.21		
SL-2101/2-P8	20.02.21	Völklingen	05.02.21	BRS Saarland 70,- / andere LV 90,- / Sonstige 110,-	mit Lehrmaterialien
SL-2101/6-P8	08.10.21	Völklingen	24.09.21		
S-P8-01	16.01.21	Leipzig	11.12.20	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Sonstige 150,-	
S-P8-04	24.04.21	Leipzig	26.03.21		
S-P8-09	11.09.21	Leipzig	13.08.21		
S-P8-11	27.11.21	Leipzig	29.10.21		

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
SAN-21-G02	22.02.21	Online-Seminar	28.12.20	BSSA-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 60,- / Sonstige 90,-	
SAN-21-G05	07.06.21	Online-Seminar	12.04.21		
SAN-21-G07	11.10.21	Online-Seminar	16.08.21		
SH-P8a	09.02.2020	Schleswig	4 Wochen vor Lehr-gangs-beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 150,- / Sonstige 300,-	
SH-P8b	05.09.2020	Schleswig	4 Wochen vor Lehr-gangs-beginn		
T-21-G02	27.02.21	Elxleben	16.01.21	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-	
T-21-G03	17.04.21	Erfurt	06.03.21		
T-21-G05	11.09.21	Elxleben	31.07.21		
T-21-G06	13.11.21	Erfurt	02.10.21		
W-P8-1	19.03.21	Landessport-schule Ruit	19.02.21	WBRS-Mitglieder 70,- / Nichtmitglieder 150,-	mit Verpflegung
W-P8-2	15.10.21	Landessport-schule Ruit	15.09.21		



## 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-2110201	19.-21.02.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	20.12.20	BBS-Mitglieder 60,- / WBRS-Mitglieder 270,- / Sonstige 700,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAD-2110202	16.-18.04.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	26.02.21		
BAD-2110203	11.-13.06.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	23.04.21		
BAD-2110204	29.-31.10.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	10.09.21		
BAD-2110205	12.-14.11.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	24.09.21		
BAD-2210201	28.-30.01.22	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	10.12.21		

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-G-A-2104	20.-21.03.21	Königsbrunn	20.01.21	Mitglieder BVS und DBS 110,- / Sonstige 165,-	
BAY-G-A-2105	10.07.-11.07.21	Königsbrunn	10.05.21		
 B-21-P1601	18.-20.03.21	Berlin & Online	19.02.21	DBS 90,- / DOSB 125,- / Sonstige 170,-	Online abends: 18.-19.03. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-P1602	10.-12.06.21	Berlin & Online	14.05.21		Online abends: 10.-11.06. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-P1603	02.-04.09.21	Berlin & Online	06.08.21		Online abends: 02.-03.09. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
 B-21-P1604	11.-13.11.21	Berlin & Online	15.10.21		Online abends: 11.-12.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR-P16-1-21	08.-09.05.21	Frankfurt/ Oder	07.04.21	BSB 105,- / DBS 120,- / Sonstige 135,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
BR-P16-2-21	11.-12.09.21	Potsdam	10.08.21		
BRE-2021-P16-001	15.-16.01.21	Bremen	18.12.20	BSB und DBS 280,- / Sonstige 320,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
BRE-2021-P16-002	17.-18.09.21	Bremen	20.08.21		
H-P16121	23.-24.01.21	Frankfurt	13.12.20	HBR 150,- / DBS 200,- / Sonstige 270,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
H-P16221	17.-18.04.21	Wetzlar	07.02.21		
H-P16321	12.-13.07.21	Wetzlar	02.05.21		
H-P16421	02.-03.10.21	Frankfurt	22.08.21		
NW-212021	11.-12.02.21	Bergisch Gladbach	11.01.21	120,- BRSNW-Vereine Tarif A 160,- BRSNW-Vereine Tarif B, 180,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-212022	+4 LE online 14.-15.04.21	Duisburg	14.03.21	90,- BRSNW-Vereine Tarif A 120,- BRSNW-Vereine Tarif B, 180,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
NW-212023	01.-02.07.21	Hamm	01.06.21	120,- BRSNW-Vereine Tarif A 160,- BRSNW-Vereine Tarif B, 240,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-212024	+4 LE online 01.-02.09.21	Duisburg	01.08.21	90,- BRSNW-Vereine Tarif A 120,- BRSNW-Vereine Tarif B, 180,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
NW-212025	+4 LE online 19.-20.11.21	Duisburg	19.10.21		
RP-21P1601	20.-21.02.21	Edenkoben/Pfalz	22.01.21	(A) 130,- / (B) 180,- / (C) 260,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-21P1602	08.-09.05.21	Bitburg/Eifel	09.04.21		

# Ausbildungen – Block P8 und P16 Verkürzte Grundlagen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
RP-21P1603	14.-15.08.21	Bitburg/Eifel	16.07.21		
RP-21P1604	06.-07.11.21	Edenkoben/Pfalz	08.10.21		
SL-2101/2-P16	20.-21.02.21	Völklingen	05.02.21	BRS Saarland 130,- / andere LV 170,- / Sonstige 210,-	ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien
SL-2101/6-P16	08.-09.10.21	Völklingen	24.09.21		
S-P16.1-01	16.01.21	Leipzig	11.12.20	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Sonstige 150,-	
S-P16.1-04	24.04.21	Leipzig	26.03.21		
S-P16.1-09	11.09.21	Leipzig	13.08.21		
S-P16.1-11	27.11.21	Leipzig	29.10.21		
S-P16.2-03	06.03.21	Leipzig	05.02.21	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Sonstige 150,-	
S-P16.2-10	16.10.21	Leipzig	17.09.21		
SAN-21-G03	22.02.21 04.03.21	Online-Seminar Halle (Saale)	28.12.20	BSSA-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 120,- / Sonstige 180,-	Kombination aus Online-Seminar und Präsenzphase; ohne Verpflegung
SAN-21-G08	11.10.21 22.10.21	Online-Seminar Halle (Saale)	16.08.21		
SH-P16a	20.-21.02.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 150,- / Sonstige 300,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
SH-P16b	26.-27.06.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
SH-P16c	28.-29.08.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
T-21-G01	26.-27.02.21	Elxleben	15.01.21	TBRSV 100,- / DBS 200,- / Nichtmitglieder 300,-	
T-21-G04	10.-11.09.21	Elxleben	30.07.21		
W-P16-1	08.-09.01.21	Landessport- schule Ruit	08.12.20	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-P16-2	23.-24.04.21	Landessport- schule Ruit	23.03.21		
W-P16-3	04.- 05.06.21	Landessport- schule Ruit	04.05.21		
W-P16-4	24.- 25.09.21	Landessport- schule Ruit	24.08.21		
W-P16-5	29.-31.10.21	Landessport- schule Ruit	29.09.21		



# 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, Gliedmaßenmissbildungen, 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-213001	05.-09.05.21 23.-27.06.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	17.03.21	BBS-Mitglieder 300,- / WBRS-Mitglieder 900,- / Sonstige 1800,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAD-213002	21.-25.07.21 29.09.-03.10.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	02.06.21		
BAD-213003	08.-12.12.21 19.-23.01.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	20.10.21		
BAY- B-A-2101 Modul 1-3 Modul 4	28.02.-05.03.21 17.-18.04.21	Saulgrub Augsburg	28.12.20	Mitglieder BVS und DBS 850,- / Sonstige 1100,-	Module in Saulgrub mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAY- B-A-2102 Modul 1-2 Modul 3-4	13.-16.05.21 08.-11.07.21	Saulgrub	13.03.21	Mitglieder BVS und DBS 950,- / Sonstige 1200,-	Mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAY- B-A-2103 Modul 1-2 Modul 3-4	13.-16.09.21 19.-22.10.21	Saulgrub	13.07.21		
BAY- B-A-2104 Modul 1 Modul 2 Modul 3 Modul 4	18.-19.09.21 09.-10.10.21 23.-24.10.21 13.-14.11.21	Erlangen Erlangen Erlangen Augsburg	18.07.21	Mitglieder BVS und DBS 550,- / Sonstige 800,-	
B- 21-3001	20.-21.02.21 26.-28.02.21 12.-14.03.21 19.03.2021 17.-18.04.21	Berlin & Online	22.01.21	DBS 390,- / DOSB 430,- / Sonstige 500,-	Online abends: 26.02./ 12.03./ 19.03. Online vormittags: 27.-28.02. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
B- 21-3002	24.03.-01.04.21 06.-07.04.21	Berlin & Online	26.02.21		Online abends: 24.-26.03 Online vormittags: 27.03.-28.03. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung

## Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>B-</b> 21-3003	24.-25.04.21 07.-09.05.21 28.-30.05.21 04.06.21 12.-13.06.21	Berlin & Online	26.03.21		Online abends: 07.05./ 28.05./ 04.06. Online vormittags: 08.-09.05. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-</b> 21-3004	14.-15.08.21 20.-22.08.21 03.-05.09.21 10.09.21 25.-26.09.21	Berlin & Online	16.07.21		Online abends: 20.08./ 03.09./ 10.09. Online vormittags: 21.-22.08. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-</b> 21-3005	08.-15.10.21 18.-19.10.21	Berlin & Online	10.09.21		Online abends: 08.10. Online vormittags: 09.-10.10./ 15.10. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-</b> 21-3006	30.-31.10.21 05.-07.11.21 19.-21.11.21 26.11.21 04.-05.12.21	Berlin & Online	01.10.21	DBS 390,- / DOSB 430,- / Sonstige 500,-	Online abends: 05.11./ 19.11./ 26.11. Online vormittags: 06.-07.11. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>BR-</b> BL30-1-21	19.-21.02.21 26.-28.02.21 05.-07.03.21	Potsdam	19.01.21	BSB 385,- / DBS 410,- / Sonstige 480,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Beginn Freitag ab 16.00 Uhr
<b>BR-</b> BL30-2-21	20.-22.08.21 27.-29.08.21 03.-05.09.21	Frankfurt/ Oder	20.07.20		
<b>BRE-</b> 2021-A30- 001	22.-26.02.21 15.-18.03.21	Bremen	25.01.21	BSB und DBS 710,- / Sonstige 850,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
<b>BRE-</b> 2021-A30- 002	11.-15.10.21 02.-05.11.21	Bremen	13.09.21		
<b>HH-</b> 213001	19.-21.02.21 27.-28.02.21 20.-21.03.21	Hamburg	19.01.21	BRSH 275,- / andere Verbände 500,-	ohne Übernachtung
<b>H-</b> 30121	09.-15.01.21	Wetzlar	01.11.20	HBRS 450,- / DBS 720,- / Sonstige 845,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>H-</b> 30221	20.-21.02.21 05.-07.03.21 19.-21.03.21	Frankfurt	10.01.21		
<b>H-</b> 30321	14.-20.05.21	Frankfurt	04.04.21		
<b>H-</b> 30421	05.-06.06.21 18.-20.06.21 25.-27.06.21	Wetzlar	28.03.21		
<b>H-</b> 30521	07.-13.06.21	Eschwege	25.04.21		
<b>H-</b> 30621	20.-26.09.21	Eschwege	08.08.21		
<b>H-</b> 30721	06.-07.11.21 12.-14.11.21 26.-28.11.21	Wetzlar	29.08.21		

online

online

online

online

## Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>NDS-</b> 21.30.1	12.-14.02.21 22.-26.02.21	Hannover	01.01.21	BSN 245,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 550,- / Privat 1.000,-	Leitung: Katja Andressen Tanja Meier
<b>NDS-</b> 21.30.2	05.-07.03.21 15.-19.03.21	Hannover	23.01.21		Leitung: Katja Andressen Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.3	26.-28.03.21 03.-07.05.21	Hannover	12.02.21		Leitung: Maren Klostermann Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.4	25.-27.06.21 05.-09.07.21	Hannover	14.05.21		Leitung: Katja Andressen Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.5	09.-11.07.21 19.-23.07.21	Hannover	04.06.21		Leitung: Katja Andressen Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.6	10.-12.09.21 04.-08.10.21	Hannover	30.07.21		Leitung: Maren Klostermann Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.7	01.-03.10.21 18.-22.10.21	Hannover	20.08.21		Leitung: Maren Klostermann Tanja Meier
<b>NDS-</b> 21.30.8	22.-24.10.21 08.-12.11.21	Hannover	10.09.21		Leitung: Katja Andressen Reinhild Glöde
<b>NDS-</b> 21.30.9	05.-07.11.21 29.11.-03.12.21	Hannover	24.09.21		Leitung: Maren Klostermann Beate Pelz
<b>NW-</b> 213001	25.-29.01.21 22.-25.02.21	Hachen	20.12.20	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 213002	08.-12.03.21 29.03.-01.04.21	Paderborn	08.02.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
<b>NW-</b> 213003	19.-23.04.21 07.-11.06.21	Hamm	19.03.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 213004	14.-18.06.21 05.-08.07.21	Übach-Palenberg	15.05.20		
<b>NW-</b> 213005	+8 LE online 09.-11.07.21 23.-25.07.21 13.-15.08.21	Bottrop	09.06.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
<b>NW-</b> 213006	25.-26.09.21 09.-10.10.21 23.-24.10.21 06.-07.11.21	Bad Oeynhausen	25.08.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 213007	25.-29.10.21 02.-05.11.21	Bergisch Gladbach	25.09.21		
<b>NW-</b> 213008	25.-29.10.21 08.-11.11.21	Hachen	25.09.21		
<b>NW-</b> 213009	15.-19.11.21 29.11.-02.12.21	Hachen	15.10.21		

## Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
NW- 213010	+8 LE online 06.-11.12.21 20.-22.12.21	Duisburg	06.11.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
RP- 213001	03.-07.03.21 26.- 28.03.21	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	29.01.21	(A) 500,- / (B) 750,- / (C) 1.000,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP- 213002	29.03.-02.04.21 23.-25.04.21	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	26.02.21		
RP- 213003	02.-06.06.21 25.-27.06.21	Edenkoben/Pfalz Bitburg/Eifel	30.04.21		
RP- 213004	25.-29.08.21 24.-26.09.21	Edenkoben/Pfalz Bitburg/Eifel	23.07.21		
RP- 213005	10.-14.11.21 10.-12.12.21	Edenkoben/Pfalz	08.10.21		
SL- 2102/1	25.-31.01.21	Völklingen	08.01.21	BRS Saarland 475,- / andere LV 525,- / Sonstige 575,-	ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien Online: 25.-26.01.21 Präsenz: 27.-31.01.21
SL- 2102/2	08.-14.03.21	Völklingen	15.02.21		ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien
SL- 2102/3	15.-22.07.21	Völklingen	24.06.21		ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien Online: 15.-17.07.21 Präsenz: 18.-22.07.21
SL- 2102/4	22.-28.08.21	Völklingen	30.07.21		ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien
SL- 2102/5	24.09.-01.10.21	Völklingen	03.09.21		ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien Online: 24.-26.09.21 Präsenz: 27.09.- 01.10.21
SL- 2102/6	04.-10.11.21	Völklingen	15.10.21		ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien
S- 30.1-03 30.2-03 30.3-03 30.4-03	19.-20.03.21 12.-30.04.21 <i>Online-Phase</i> 28.-29.05.21 25.-26.06.21	Leipzig	19.02.21	SBV 400,- / DBS 720,- / Sonstige 1200,-	ohne Übernachtung
S- S-30.1-06 S-30.2-06 S-30.3-06 S-30.4-06	04.- 05.06.21 14.- 25.06.21 <i>Online-Phase</i> 02.- 03.07.21 16.-17.07.21	Leipzig	07.05.21		
S- S-30.1-10 S-30.2-10 S-30.3-10 S-30.4-10	01.- 02.10.21 01.- 12.11.21 <i>Online-Phase</i> 19.-20.11.21 03.-04.12.21	Leipzig	03.09.21		

## Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>SAN-21-ÜB02</b>	15.-19.03.21 25.-26.03.21	Halle (Saale)	18.01.21	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
<b>SAN-21-ÜB06</b>	28.06.-02.07.21 12.-13.07.21	Halle (Saale)	03.05.21		
<b>SAN-21-ÜB11</b>	01.-05.11.21 11.-12.11.21	Halle (Saale)	06.09.21		
<b>SH-30a</b>	26.-28.02.21 12.-14.03.21 26.-28.03.21 16.-18.04.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 375,- / Sonstige 750,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>SH-30b</b>	09.-11.07.21 23.-25.07.21 06.-08.08.21 27.-29.08.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
<b>SH-30c</b>	10.-12.09.21 24.-26.09.21 08.-10.10.21 29.-31.11.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
<b>SH-30d</b>	22.-24.10.21 05.-07.11.21 19.-21.11.21 10.-12.12.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn		
<b>T-21-ÜB02</b>	05-07.03.21 11.-14.03.21 20.-21.03.21	Elxleben	22.01.21	TBRSV 450,- / DBS 900,- / Nichtmitglieder 1350,-	
<b>T-21-ÜB05</b>	12.09.21 17-19.09.21 23.-26.09.21 09.10.21	Elxleben	01.08.21		
<b>W-B30-1</b>	05.-07.02.21 17.-19.02.21 06.03.21	Landessport- schule Ruit	05.01.21	WBRS-Mitglieder 600,- / Nichtmitglieder 900,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>W-B30-2</b>	19.-21.02.21 01.- 03.03.21 27.03.21	Landessport- schule Ruit	19.01.21		
<b>W-B30-3</b>	10.-12.05.21 19.- 21.05.21 12.06.21	Sportpark Ost Ludwigsburg	10.04.21		
<b>W-B30-4</b>	02.-04.07.21 14.-16.07.21 31.07.21	Sportpark Ost Ludwigsburg	02.06.21		
<b>W-B30-5</b>	08.-10.10.21 20.-22.10.21 06.11.21	Landessport- schule Albstadt	08.09.21		
<b>W-B30-6</b>	26.-28.11.21 01.-03.12.21 18.12.21	Landessport- schule Ruit	26.10.21		

# Ausbildungen – Block 30 Orthopädie

## Kompaktausbildung Block 10/30

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>MVP-</b> B-01-2021	26.-28.03.21 09.-11.04.21 07.-09.05.21 25.-27.06.21 03.-05.09.21 01.-03.10.21 29.-31.10.21	Sportschule Güstrow	05.02.21	VBRS 500,- / Sonstige 600,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 213101	01.-05.02.21 17.-20.02.21 01.-05.03.21 22.-25.03.21	Hamm	20.12.20	900,- BRSNW-Vereine Tarif A 1100,- BRSNW-Vereine Tarif B, 1700,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 213102	26.-30.04.21 17.-20.05.21 07.-11.06.21 28.06.-01.07.21	Bergisch Gladbach	26.03.21		
<b>NW-</b> 213103	19.-23.07.21 09.-12.08.21 23.-27.08.21 27.-30.09.21	Hennef	20.06.21		
<b>NW-</b> 213104	20.-24.09.21 04.-07.10.21 18.-22.10.21 02.-05.11.21	Übach- Palenberg	20.08.21		
<b>NW-</b> 213105	11.-15.10.21 15.-18.11.21 29.11.-03.12.21 13.-16.12.21	Hachen	11.09.21		



Foto: Picture Alliance

# 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
<b>BAD-214001</b>	06.-09.05.21 17.-20.06.21 15.-18.07.21	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	18.03.21	BBS-Mitglieder 330,- / WBRS-Mitglieder 1080,- / Sonstige 2220,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>BAD-214002</b>	16.-19.12.21 27.-30.01.22 17.-20.02.22	Sportschule Baden-Baden- Steinbach	28.10.21		
<b>B-21-4001</b>	13.-14.02.21 25.-28.02.21 11.-14.03.21 16.-18.04.21 08.-09.05.21	Berlin & Online	15.01.21	DBS 480,- / DOSB 520,- / Sonstige 590,-	Online abends: 25.-26.02./ 11.-12.03./ 16.04. Online vormittags: 13.-14.03./ 18.04. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>BR-BL40-21</b>	11.-12.09.21 25.-26.09.21 09.-10.10.21 23.-24.10.21 06.-07.11.21 20.-21.11.21	Wandlitz	11.08.21	BSB/LVBPR 650,- / DBS/DGPR 700,- / Sonstige 750,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial, Ausbildung in Koope- ration mit LVBPR, Anmeldung über BSB
<b>BRE-2021-A40-001</b>	15.-19.11.21 29.11.-03.12.21 13.-15.12.21	Bremen	18.10.21	BSB und DBS 950,- / Sonstige 1150,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
<b>HH-214001</b>	26.-28.03.21 10.-11.04.21 17.-18.04.21 24.-25.04.21	Hamburg	26.02.21	BRSB 320,- / andere Verbände 570,-	ohne Übernachtung
<b>H-40121</b>	08.-13.03.21 26.-28.03.21	Frankfurt	24.01.21	HBRS 550,- / DBS 825,- / Sonstige 975,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>H-40221</b>	04.-09.10.21 22.-24.10.21	Wetzlar	25.07.21		
<b>NDS-21.40.1</b>	11.-15.01.21 25.-29.01.21	Hannover	01.12.20	BSN 320,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 740,- / Privat 1.280,-	Leitung: Maren Klostermann
<b>NDS-21.40.2</b>	25.-28.05.21 31.05.-04.06.21	Hannover	09.04.21		Leitung: Till Siekmann-Fuß
<b>NDS-21.40.3</b>	06.-10.12.21 13.-17.12.21	Hannover	22.10.21		Leitung: Svenja Kredtke
<b>NW-214001</b>	15.-19.03.21 12.-15.04.21 05.-07.05.21	Bergisch Gladbach	15.02.21	650,- BRSNW-Vereine Tarif A 850,- BRSNW-Vereine Tarif B, 1200,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-214002</b>	16.-20.08.21 13.-16.09.21 06.-08.10.21	Hamm	16.07.21		

online

## Ausbildungen – Block 40 Innere Medizin

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
NW-214003	25.-29.10.21 15.-18.11.21 06.-08.12.21	Hennef	25.09.21		mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-214001	13.-19.03.21 09.-11.04.21	Edenkoben/Pfalz	12.02.21	(A) 650,- / (B) 920,- / (C) 1.300,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-214002	16.-22.08.21 17.-19.09.21	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	16.07.21		
SL-2105	05.03.-07.03.21 19.03.-21.03.21 23.04.-25.04.21 08.05.-09.05.21	Saarbrücken und Weiskirchen	4 Wochen vor Beginn	siehe <a href="http://www.brs-saarland.de">www.brs-saarland.de</a>	Die Ausbildung findet in Kooperation mit dem Saarländischen Turnerbund (STB) und den Herzsportgruppen Saar (HGS) statt. Anmeldung über den BRS Saarland
S- S-40.1-03 S-40.2-03 S-40.3-03 S-40.4-03 S-40.5-03 S-40.6-03	12.- 13.03.21 22.03.-16.04.21 <i>Online-Phase</i> 23.- 24.04.21 07.- 08.05.21 28.- 29.05.21 12.06.21	Leipzig	12.02.21	SBV 600,- / DBS 1080,- / Sonstige 1800,-	ohne Übernachtung
SAN-21-ÜB03	12.-16.04.21 03.-07.05.21	Barby Halle (Saale)	15.02.21	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 1000,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
SH-40	12.-14.03.21 26.-28.03.21 09.-11.04.21 23.-25.04.21 14.-16.05.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehrgangsbeginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 750,- / Sonstige 1500,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
T-21-ÜB01	22.-24.01.21 28.-31.01.21 18.-21.02.21 28.02.21	Elxleben	11.12.20	TBRSV 600,- / DBS 1200,- / Nichtmitglieder 1800,-	
W-B40-1	31.05.-04.06.21 17.- 20.06.21 03.07.21	Landessport- schule Ruit	31.04.21	WBRS-Mitglieder 720,- / Nichtmitglieder 1170,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-B40-2	02.-06.11.21 11.-14.11.21 04.12.21	Landessport- schule Ruit	02.10.21		



# 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
<b>B-</b> 21-6001	29.07.-06.08.21	Berlin & Online	02.07.21	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online vormittags: 31.07. Online abends: 29.-30.07.21 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>BRE-</b> 2021-A60- 001	19.-23.04.21 10.-12.05.21	Bremen	22.03.21	BSB und DBS 780,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
<b>H-</b> 6021	23.-29.08.21	Wetzlar	13.06.21	HBRV 450,- / DBS 720,- / Sonstige 845,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>NDS-</b> 21.60	09.-11.04.21 17.-21.05.21	Hannover	19.02.21	BSN 245,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 550,- / Privat 1.000,-	Leitung: Charlotte Klauß
<b>NW-</b> 216001	08.-12.02.21 22.-25.02.21	Hamm	08.01.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>NW-</b> 216002	14.-18.06.21 12.-15.07.21	Bergisch Gladbach	14.05.21		
<b>NW-</b> 216003	06.-10.09.21 20.-23.09.21	Hachen	06.08.21		
<b>NW-</b> 216004	17.-19.09.21 15.-17.10.21 29.-31.10.21	Duisburg	17.08.21	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	In Kooperation mit dem DBS, ohne Übernachtung, mit Mittagessen
<b>SAN-</b> 21-ÜB09	20.-24.09.21 30.09.-01.10.21	Halle (Saale)	26.07.21	BSSA-Mitglieder 405,- / DBS-Mitglieder 610,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
<b>T-</b> 21-ÜB04	04.-06.06.21 10.-13.06.21 26.-27.06.21	Jena	23.04.21	TBRV 450,- / DBS 900,- / Nichtmitglieder 1350,-	
<b>W-</b> B60	09.-11.07.21 21.- 23.07.21 11.09.21	Sportpark Ost Ludwigsburg	09.06.21	WBRS-Mitglieder 600,- / Nichtmitglieder 900,-	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-</b> 217001	13.-17.10.21 17.-21.11.21	Sportschule Baden-Baden-Steinbach	25.08.21	BBS-Mitglieder 300,- / WBRS-Mitglieder 900,- / Sonstige 1800,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>BAY-</b> B-A-2108 Modul 1 Modul 2 Modul 3	08.-10.10.21 22.-24.10.21 12.-14.11.21	Abensberg	08.08.21	Mitglieder BVS und DBS 950,- / Sonstige 1200,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>B-</b> 21-7001	28.03.-01.04.21 06.-11.04.21	Berlin & Online	26.02.21	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online vormittags: 28.03. Online abends: 29.03.-01.04. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>H-</b> 7021	21.-25.06.21 10.-11.07.21	Frankfurt	09.05.21	HBRS 450,- / DBS 720,- / Sonstige 845,-	mit Übernachtung (EZ) und Verpflegung
<b>NDS-</b> 21.70	01.-03.10.21 11.-15.10.21	Hannover	20.08.21	BSN 245,- / andere LV/BSN- Vereine mit bes. Status 550,- / Privat 1.000,-	Leitung: Till Siekmann-Fuß Charlotte Klauß
<b>NW-</b> 217001	09.-10.01.21 05.-07.02.21 05.-07.03.21 26.-28.03.21	Bielefeld	09.12.20	350,- BRSNW-Vereine Tarif A 450,- BRSNW-Vereine Tarif B, 700,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen
<b>NW-</b> 217002	02.-08.08.21 21.-22.08.21	Essen	02.07.21		
<b>SAN-</b> 21-ÜB08	13.-17.09.21 27.-28.09.21	Magdeburg	19.07.21	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-21-8001	27.-29.08.21 17.-19.09.21 01.-02.10.21 12.-14.11.21	Berlin & Online	30.07.21	DBS 300,- / DOSB 340,- / Sonstige 410,-	Online abends: 27.8./ 17.09./ 01.10. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
NW-218001	12.-06.04.21 17.-20.05.21	Hachen	12.03.21	500,- BRSNW-Vereine Tarif A 700,- BRSNW-Vereine Tarif B, 900,- andere LV, Koop., Externe	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
NW-218002	10.-12.09.21 08.-10.10.21 22.-24.10.21	Hamm	10.08.21		
RP-218001	28.07.-01.08.21 03.-05.09.21	Bitburg/Eifel Edenkoben/Pfalz	25.06.21	(A) 500,- / (B) 750,- / (C) 1.000,-	mit Übernachtung und Verpflegung
S-80-09W	13.- 18.09.21	Werdau	13.06.21	SBV 650,- / DBS 930,- / Sonstige 1350,-	mit Übernachtung und Verpflegung

online



Foto: Picture Alliance

# Ausbildungen – Breitensport und Leistungssport

## 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
<b>BAY-</b> C-A-2101 Modul 1 Modul 2	03.-04.07.21 24.-25.07.21	Saulgrub	03.05.21	Mitglieder BVS u. DBS 385,- / Sonstige 495,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>BAY-</b> C-A-2102 Modul 1 Modul 2	02.-03.10.21 23.-24.10.21	Saulgrub	02.08.21		
<b>B-</b> 21-B100	22.-25.04.21	Berlin & Online	22.03.21	DBS 100,- / DOSB 130,- / Sonstige 180,-	Online abends: 22.-23.04.21 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>DRS-</b> 21003	16.-19.09.21	Hannover	23.07.21	DRS-Mitglieder 150,- / DBS-Mitglieder 250,- / Sonstige 350,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
<b>NW-</b> 211101	21.-23.04.21	Bottrop	21.03.21	150,- BRSNW-Vereine Tarif A 180,- BRSNW-Vereine Tarif B, 300,- andere LV, Koop., Externe	ohne Übernachtung, mit Mittagessen

Inklusion

online

## Block 300 – Leistungssport

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

**Zielgruppe:** Der Deutsche Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS) richtet diesen Lehrgang aus. Er richtet sich an Personen ohne Vorerfahrungen

**Umfang:** Der Lehrgang umfasst 120 LE.

LG-NR.	Sportart	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
<b>DRS-</b> 21006	Rollstuhl- basketball	23.-25.07.21 20.-22.08.21	Lobbach	11.06.21	400,- (inkl. Prüfungsgebühren)	<a href="http://www.rollstuhlbasketball.de/">www.rollstuhlbasketball.de/</a>

### 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
<b>DRS-</b> 21004	Rollstuhl- basketball	02.-06.06.21 09.-11.07.21	Lobbach	21.04.21	400,- (inkl. Prüfungsgebühren)	<a href="http://www.rollstuhlbasketball.de/">www.rollstuhlbasketball.de/</a>
<b>DRS-</b> 21005	Rollstuhl- basketball	09.-13.06.21 16.18.07.21	Ost	28.04.21		

# 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-Phy1021	03.-05.09.21	Alsfeld	25.07.21	HBRS 400,- / DBS 450,- / Sonstige 550,-	mit Verpflegung, ohne Übernachtung

## Block 30 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-Phy3021	27.-28.09.21	Alsfeld	15.08.21	HBRS 250,- / DBS: 300,- / Sonstige 400,-	mit Verpflegung, ohne Übernachtung

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

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-S-A-2102	01.-05.02.21	Erlangen	01.12.20	Mitglieder BVS und DBS 400,- / Sonstige 900,-	
BAY-S-A-2103	07.-11.06.21	Saulgrub	07.04.21	Mitglieder BVS und DBS 600,- / Sonstige 1100,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
BAY-S-A-2104	27.09.-01.10.21	Saulgrub	27.07.21		
B-21-PH 01	03.-07.09.21 18.-19.09.21	Berlin & Online	05.08.21	DBS 380,- / DOSB 400,- / Sonstige 430,-	Online abends: 06.-07.09. ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
BR-SLG-1-21	16.-18.04.21 23.-25.04.21	Frankfurt/Oder	20.03.21	BSB 285,- / DBS 300,- / Sonstige 370,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung und Lehrmaterial
HH-213002	22.-24.10.21 30.-31.10.21	Hamburg	22.09.21	BRSB 210,- / andere Verbände 370,-	ohne Übernachtung
H-Phy103021	19.-23.04.21	Alsfeld	07.03.21	HBRS 600,- / DBS 700,- / Sonstige 900,-	mit Verpflegung, ohne Übernachtung
MVP-B-03-2021	05.-06.03.21 16.-18.04.21	Rostock	26.02.21	VBRS 350,- / Sonstige 450,-	Kooperation mit der AfGW
MVP-B-04-2021	14.-15.08.21 24.-26.09.21	Neu Roggentin bei Rostock	02.07.21	VBRS 350,- / Sonstige 450,-	Kooperation mit dem VPT M-V e.V.
NDS-21.150.1	12.-16.07.21	Hannover	28.05.21	BSN 225,- / andere LV/BSN-Vereine mit bes. Status 550,- / Privat 1.000,-	Leitung: Beate Pelz
NDS-21.150.2	01.-05.11.21	Hannover	17.09.21		
RP-21PT1001	08.-12.03.21	Bitburg/Eifel	05.02.21	(A) 590,- / (B) 885,- / (C) 1.180,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
RP-21PT1002	11.-13.06.2 19.-20.06.21	Bitburg/Eifel	14.05.21		

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde- schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
RP-21PT1003	30.08.-03.09.21	Edenkoben/Pfalz	30.07.21		
RP-21PT1004	01.-05.12.21	Edenkoben/Pfalz	29.10.21		
SL-2103/1	Online: 16./18./20.03.21 Präsenz: 25.-27.03.21	Völklingen	23.02.21	BRS Saarland 520,- / andere LV 570,- / Sonstige 680,-	ohne Übernachtung, mit Lernmaterialien, Onlineschulung: 08.00 – 12.30 Uhr (6 LE) Präsenzphase: Beginn 08.00 Uhr
SL-2103/2	Online: 12./14./16.10.21 Präsenz: 21.-23.10.21	Völklingen	21.09.21		
S-10/30P.1-01 10/30P.2-01	14.- 16.01.21 26.- 27.02.21	Leipzig	11.12.20	SBV 300,- / DBS 540,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung
S-10/30P-03W	22.- 26.03.21	Werdau	11.12.20	SBV 550,- / DBS 790,- / Sonstige 1150,-	mit Übernachtung und Verpflegung
S-10/30P-08W	16.- 20.08.21	Werdau	14.05.21		
S-10/30P.1-09 10/30P.2-09	09.- 11.09.21 08.- 09.10.21	Leipzig	13.08.21	SBV 300,- / DBS 540,- / Sonstige 900,-	ohne Übernachtung
S-10/30P-09W	20.- 24.09.21	Werdau	18.06.21	SBV-MG 550,- / DBS-MG 790,- / Extern 1150,-	mit Übernachtung und Verpflegung
SAN-21-ÜB01	22.02.21 23.-26.02.21	Online-Seminar Halle (Saale)	28.12.20	BSSA-Mitglieder 345,- / DBS-Mitglieder 520,- / Sonstige 920,-	Kombination aus Online-Seminar und Präsenzphase; ohne Verpflegung und Übernachtung
SAN-21-ÜB05	07.06.21 08.-11.06.21	Online-Seminar Halle (Saale)	12.04.21		
SAN-21-ÜB10	11.10.21 12.-15.10.21	Online-Seminar Halle (Saale)	16.08.21		
SH-30Physio	04.-06.06.21 18.-20.06.21	Bad Malente	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 375,- / Sonstige 750,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
T-21-ÜB03	17.-18.04.21 24.-25.04.21 08.05.21	Erfurt	06.03.21	TBRSV 250,- / DBS 500,- / Nichtmitglieder 750,-	
T-21-ÜB06	13.-14.11.21 20.-21.11.21 04.12.21	Erfurt	02.10.21		
W-Physio-1	06.-10.04.21	Landessport- schule Ruit	06.03.21	WBRS-Mitglieder 660,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-Physio-2	27.09.-01.10.21	Landessport- schule Ruit	27.08.21		
DBS-A-P-2021-01	11.-15.01.21	Arnsberg	14.12.20	675,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2021-02	15.-19.02.21	Bremen	18.01.21		
DBS-A-P-2021-03	01.-05.03.21	Hamm	01.02.21	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
DBS-A-P-2021-04	12.-16.04.21	Paderborn	15.03.21	675,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)



# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
DBS-A-P-2021-05	03.-07.05.21	Arnsberg	06.04.21		
DBS-A-P-2021-06	14.-18.06.21	Arnsberg	17.05.21		
DBS-A-P-2021-07	12.-16.07.21	Arnsberg	14.06.21		
DBS-A-P-2021-08	09.-13.08.21	Bielefeld	12.07.21		
DBS-A-P-2021-09	13.-17.09.21	Bremen	16.08.21		
DBS-A-P-2021-10	04.-08.10.21	Arnsberg	06.09.21		
DBS-A-P-2021-11	06.-10.12.21	Hamm	08.11.21	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

## Block 40 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
H-Phy4021	06.-10.09.21	Alsfeld	25.07.21	HBRS 700,- / DBS 750,- / Sonstige 850,-	mit Verpflegung, ohne Übernachtung
SAN-21-ÜB04	19.-21.04.21 28.-30.04.21	Barby Halle (Saale)	22.02.21	BSSA-Mitglieder 345,- / DBS-Mitglieder 520,- / Sonstige 920,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
DBS-A-P-2021-13	16.-21.08.21	Arnsberg	19.07.21	825,-	mit Übernachtung und Verpflegung (nur Mittagessen)

## Block 60 – Physiotherapeut\*innen

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
SAN-21-ÜB12	08.-09.11.21	Halle (Saale)	13.09.21	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
DBS-A-P-2021-12	29.-30.03.21	Bielefeld	01.03.21	200,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-P-2021-14	20.-21.12.21	Paderborn	22.11.21		



# Goldmedaille für Ihre Logistik.

Kein internationales Spitzensportevent findet ohne perfekte Logistik statt. Per Lkw, in See- oder Luftfrachtcontainern verpackt, übernimmt DB Schenker die vielfältigen Logistikaufgaben für Organisationskomitees, Sportverbände, TV und Medien, Sponsoren, Lieferanten und Ausstatter. Vom Transport der Mannschaftsausrüstungen, dem Installieren der TV-Geräte auf den Medientribünen bis hin zur Bereitstellung von Logistikpersonal im Stadion, koordinieren und steuern die Experten von DB SCHENKER*sportsevents* den Warenstrom für Sportevents und das an 7 Tagen die Woche, rund um die Uhr.

## Schenker Deutschland AG

DB SCHENKER*sportsevents*, Adam-Opel-Str. 16-18, 60386 Frankfurt am Main  
Tel. +49 69 247548-150, [events@dbschenker.com](mailto:events@dbschenker.com)

[www.dbschenker.com/de](http://www.dbschenker.com/de)

# 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	Lehrgangsgebühr (€)	Besonderheiten
BAY-S-A-2105	08.-12.11.21	Saulgrub	08.09.21	Mitglieder BVS und DBS 630,- / Sonstige 1155,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-Lehrer-1	04.-08.01.21	Landessport- schule Albstadt	02.12.20	WBRS und DBS-Mitglieder 660,- / Nichtmitglieder 1050,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
W-Lehrer-2	02.-06.08.21	Landessport- schule Albstadt	02.07.21		
DBS-A-L-2021-01	04.-08.01.21	Hamm	07.12.20	825,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
DBS-A-L-2021-02	08.-12.03.21	Arnsberg	08.02.21	675,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
DBS-A-L-2021-03	06.-10.04.21	Bielefeld	09.03.21		
DBS-A-L-2021-04	25.-29.05.21	Paderborn	27.04.21		
DBS-A-L-2021-05	14.-18.06.21	Bremen	17.05.21		
DBS-A-L-2021-06	26.-30.07.21	Bielefeld	28.06.21		
DBS-A-L-2021-07	30.08.-03.09.21	Arnsberg	02.08.21		
DBS-A-L-2021-08	18.-22.10.21	Bielefeld	20.09.21		
DBS-A-L-2021-09	08.-12.11.21	Hamm	11.10.21		
DBS-A-L-2021-10	13.-17.12.21	Paderborn	15.11.21	675,-	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-2106</b> Modul 1 Modul 2	03.-07.05.21 22.-25.06.21	Saulgrub	03.03.21	Mitglieder BVS und DBS 1050,- / Sonstige 1365,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung
<b>B-21-FIT1</b>	17./19./26.05.21 31.05.-03.06.21 07./09./16.06.21 19./20.06.21	Berlin & Online	19.04.21	DBS 680,- / DOSB 780,- / Sonstige 900,-	online vormittags: 17./19./26.05./ 07./09./16.06.21 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>B-21-FIT2</b>	08./10./15./ 17.11.21 22.-25.11.21 29.11./01.12.21 11./12.12.21	Berlin & Online	08.10.21		Online vormittags: 08./10./15./17.11.21 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung
<b>SL-2104/1</b>	06.-13.02.21	Völklingen	15.01.21	900,-	ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Beginn 14 Uhr
<b>SL-2104/2</b>	online: 06./08./10./13./ 15./17.04.21 Präsenz: 20.-24.04.21	Völklingen	16.03.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Onlineschulung: 08.00-12.30 Uhr (6 LE) Präsenzbeginn: 13 Uhr
<b>SL-2104/3</b>	online: 01./03./05./08./ 10./12.06.21 Präsenz: 15.-19.06.21	Völklingen	11.05.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Onlineschulung: 08.00-12.30 Uhr (6 LE) Präsenzbeginn: 13 Uhr
<b>SL-2104/4</b>	13.-20.11.21	Völklingen	22.10.21		ohne Übernachtung, mit Lehrmaterialien Beginn 14 Uhr
<b>SAN-21-ÜB07</b>	05.-09.07.21 15.-16.07.21	Halle (Saale)	10.05.21	BSSA-Mitglieder 460,- / DBS-Mitglieder 700,- / Sonstige 1400,-	ohne Übernachtung und Verpflegung
<b>SH-30 Fitness</b>	14.-15.08.21 28.-29.08.21 11.-12.09.21 25.-26.09.21	Kiel	4 Wochen vor Lehr- gangs- beginn	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 600,- / Sonstige 1200,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung
<b>W-Fitness-1</b>	02.-04.06.21 09.-11.06.21 26.06.21	Landessport- schule Ruit	02.05.21	WBRS-Mitglieder 740,- / Nichtmitglieder 1150,-	mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

# Ausbildungen – Sonderlehrgänge Fitnesstrainer\*innen

<b>W-Fitness-2</b>	24.-26.09.21 13.-15.10.21 30.10.21	Landessport- schule Ruit	24.08.21		
<b>DBS-A-F-2021-01</b>	01.-05.02.21 15.-18.02.21	Arnsberg	04.01.21	1150,-	ohne Übernachtung, mit Verpflegung (nur Mittagessen)
<b>DBS-A-F-2021-02</b>	08.-12.11.21 29.11.-02.12.21	Arnsberg	11.10.21		

## 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.

# Weiterbildungen – Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins

## 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

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
B-21-Ü0-1	06.11.21 20.-21.11.21 22.-23.01.22 19.-20.02.22 26.-27.03.22	Berlin & Online	05.10.21	DBS 480,- / DOSB 520,- / Sonstige 590,-	online: 20.-21.11.21 22.-23.01.22 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung

online

## 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-Jutsu-Trainerinnen mit Grüngurt, zusätzliche Ausbildung mit mind. 25 LE für Frauen-selbstverteidigung 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 Selbst-verteidigung
  - Judo-Trainerinnen mit B Lizenz mit dem Zusatz Gewaltprävention und/oder Selbst-verteidigung

**Umfang:** Die verkürzte Weiterbildung umfasst 15 LE.

LG-NR.	Termin	Ort	Melde-schluss	Lehrgangsg Gebühr (€)	Besonderheiten
B-21-W15	18.-19.09.21	Berlin & Online	N.N.	DBS 90,- / DOSB 125,- / Sonstige 170,-	online: 19.09.21 ohne Übernachtung, ohne Verpflegung

online

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

# Deutsches Sportabzeichen – Prüfer\*innen

## Zusatzerwerb der Prüfberechtigung für Menschen mit Behinderung

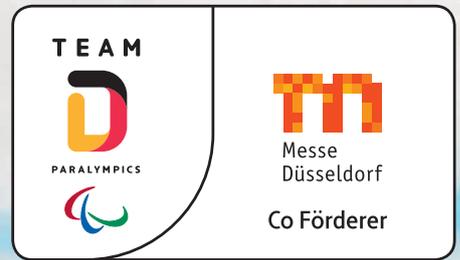
**Zielgruppe:** Dieser Lehrgang ist für Teilnehmer\*innen, die bereits als Prüfer\*in des Deutschen Sportabzeichens tätig sind und auch die Prüfungen von Menschen mit Behinderung abnehmen möchten. Von den Teilnehmer\*innen wird der „Ausweis Prüfer\*in“ als Zugangsvoraussetzung verlangt.

**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-21-F18	17.03.21	Berlin	17.02.21	30,-	
B-21-F19	04.05.21 08.05.21	Online abends Berlin	06.02.21	30,-	
B-21-F20	07.09.21 11.09.21	Online abends Berlin	10.08.21	30,-	
NDS-21.300	10.04.21	Hannover	26.02.21	keine	Leitung: Peter Lenz
NDS-21.301	13.11.21	Hannover	01.10.21		
NW-208901	10.04.21	Duisburg	10.03.21	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe	
NW-208526	16.10.21	Duisburg	15.09.21		
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	16.04.21	Bautzen	19.03.21	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-	
SH-F-SportAB	24.04.21	Schleswig	27.03.21	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 30,- / Sonstige 60,-	mit Verpflegung
T-21-F14	18.09.21	Bad Blankenburg	07.08.21	TBRVS 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-	

A person in a wheelchair is shown in motion on a track, wearing a white racing suit with 'USA' and 'SPRINT' visible, a red and white helmet, and green goggles. The person is leaning forward, holding a paddle. The background is a blurred track surface. In the foreground, the rear wheel and part of the blue frame of another wheelchair are visible.

# 2024 Paris 2022 Beijing 2020 Tokyo

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 Co Förderer 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 ihre 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-21010204-01	15.-17.01.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	26.11.20	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 Herz-Kreislauf-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>				

Bewegungsschule – Schulter, Rücken, Hüfte, Knie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-21010204-02	29.-31.01.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	10.12.20	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
BAD-21010204-04	05.-07.11.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	16.09.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diese Fortbildungsveranstaltung bietet einen Ein- und Überblick über die Anatomie und ausgesuchte Krankheits- und Beschwerdebilder. Ebenso wird auf die sportpraktische Herangehensweise hinsichtlich motorischer Verbesserung innerhalb der einzelnen Strukturen und des Gesamtbewegungsablaufes eingegangen. Neben Übungen zur Verbesserung der Kraft, Beweglichkeit und Stabilisation werden Ihnen auch Möglichkeiten zur Vermittlung von Bewegungsqualität und -kompetenz vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

Bewegungsschule – Schulter, Rücken, Hüfte, Knie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-20010204-01	14.-16.02.20 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	23.12.19	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
BAD-21010204-01	29.-31.01.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	16.12.20	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diese Fortbildungsveranstaltung bietet einen Ein- und Überblick über die Anatomie und ausgesuchte Krankheits- und Beschwerdebilder. Ebenso wird auf die sportpraktische Herangehensweise hinsichtlich motorischer Verbesserung innerhalb der einzelnen Strukturen und des Gesamtbewegungsablaufes eingegangen. Neben Übungen zur Verbesserung der Kraft, Beweglichkeit und Stabilisation werden Ihnen auch Möglichkeiten zur Vermittlung von Bewegungsqualität und -kompetenz vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

# Fortbildungen – Baden

Demenz, Schlaganfall, Parkinson				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210401	05.-07.02.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	17.12.20	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Teilnehmer*innen erarbeitet, welche Inhalte wichtig sind, wie Übungen und Spielformen ausgerichtet sein sollen und ggf. angepasst werden können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p>				

Refresher Innere / HLW				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210201	19.-21.02.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	20.12.20	15	BBS-Mitglieder 60,- / WBRM-Mitglieder 240,- / Sonstige 750,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Lymphgymnastik / Die Rolle des Beckenbodens				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210901	12.-14.03.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	21.01.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
BAD-210909	24.-26.09.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	05.08.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch unterschiedlichste Ursachen (Lipödem, Krebserkrankung, Unterleibs-OP, usw.) 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 breitgefächerte Auswahl an praktischen Übungen gezeigt. Des Weiteren geht es um den Beckenboden. Gut trainiert trägt er zu einem besseren Körpergefühl bei, stärkt die Kontinenz, stabilisiert die inneren Organe und verbessert die Körperhaltung. Die Komplexität des Beckenbodens und die funktionellen Zusammenhänge sollen erfasst werden. Wie spüre ich den Beckenboden, wie trainiere ich ihn und wie setze ich ihn im Alltag und beim Sport ein?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie, Geistiger Bereich</p>				

Die Mischung macht's!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210902	26.-28.03.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	04.02.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Nichts ist wichtiger als eine abwechslungsreiche Sportstunde. So kann keine Monotonie aufkommen und die Teilnehmer*innen werden breitgefächert geschult. 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>				

# Fortbildungen – Baden

Mit Musik und Tanz geht alles besser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210903	16.-18.04.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	25.02.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Tanzen hält fit, bringt Freude, und es kann jeder! Unter diesem Motto werden die Teilnehmer*innen, 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>				

Erste Hilfe für Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210904	24.04.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	05.03.21	8	BBS-Mitglieder 30,- / WBRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 220,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine schnelle, umsichtige Erste Hilfe gibt nicht nur dem Verletzten Ruhe und Sicherheit, sondern trägt entscheidend dazu bei, dass schwerwiegendere Folgen vermieden werden können. Bei einem Herz-Kreislaufstillstand entscheidet die Kompetenz des Ersthelfers häufig über Leben und Tod. Nur durch regelmäßiges Üben erlangen Ersthelfer die Sicherheit, auch in lebensbedrohlichen Situationen umsichtig und schnell die richtigen Entscheidungen zu treffen und die notwendigen Maßnahmen einzuleiten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

Rücken – 3-Dimensional				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-21010204 02	11.-13.06.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	22.04.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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*innen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin und Neurologie</p>				

Ernährung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210905	10.07.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	21.05.21	8	BBS-Mitglieder 30,- / WBRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 220,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine ausgewogene Ernährung erhöht die Chance länger gesund, beweglich und geistig fit zu bleiben. Wie in vielen anderen Bereichen auch, gilt es bei der Ernährung, das rechte Maß zu finden – passend zum Alter, Energiebedarf und Gesundheitszustand. Mit einer sinnvoll zusammengestellten Ernährung lassen sich Krankheiten verhindern und Krankheitsabläufe unter Umständen positiv beeinflussen.</p> <p>Bei der Fortbildung werden diese und andere Inhalte thematisiert: Mögliche Auswirkung von Mangelernährung, Ernährung und hohes Alter, Verdauung und Wohlbefinden, Lebensmittelunverträglichkeit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich</p>				

# Fortbildungen – Baden

BAD

## Laufen – Springen – Werfen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210906	16.-18.07.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	27.05.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Laufen, Springen, Werfen sind elementare Inhalte für den Sport und lassen sich der Leichtathletik zuordnen. Diese Sportart findet sich somit zu Recht auf der Liste der Rehasportarten. 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

## Wir sind dann mal draußen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210907	10.-12.09.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	22.07.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

## Das gesundheitsschützende Qigong

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210908	24.-26.09.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	05.08.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Qigong ist eine umfassende Übungslehre, bei der gesundheitsfördernde Körperhaltungen und Bewegungen sowie Selbstmassage, Atemtechniken und Meditation verbunden werden. Bei dem gesundheitsschützenden Qigong sind die Übungen den fünf Funktionskreisen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) gewidmet. Dabei werden alle Meridiane aktiviert und die Organe gestärkt. Anhand der Übungen und Erläuterungen erhalten die Teilnehmer\*innen einen Einblick in die Grundlagen der TCM.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

## Faszientraining / Pilates

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAD-210910	22.-24.10.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	02.09.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRS-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

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. Im praktischen Teil wird u. a. auch thematisiert ob und wie die Übungen in den Rehasport übernommen werden können.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

# Fortbildungen – Baden

Rund um die Koordination				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
<b>BAD-21010204-03</b>	29.-31.10.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	09.09.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

Innerhalb der Fortbildung wird eine Bandbreite an Übungs- und Spielmöglichkeiten für die Schulung der Koordination, der Sensomotorik aufgezeigt und erarbeitet.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

Sport bei/nach Krebs (Einstieg und Vertiefung)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
<b>BAD-21010201</b>	05.-07.11.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	16.09.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die immensen Fortschritte in der Medizin eröffnen vielen Krebspatienten vielfältige Therapiemöglichkeiten bis hin zu einer Heilung. Vor, während und nach einer Krebstherapie kommt es häufig zu einer erheblichen Einschränkung der Lebensqualität. Bewegung und Sport leisten bewiesenermaßen einen positiven Beitrag zur Verbesserung des seelischen und körperlichen Wohlbefindens. Innerhalb der Fortbildung werden medizinisches Wissen und psychologische Aspekte aufgefrischt und vertieft. Zudem wird eine bunte Mischung an sportpraktischen Inhalten vorgestellt. Von Achtsamkeitsübungen über Pilates bis hin zu Übungen, die den Körper und den Geist schulen.

**Zielgruppe:** Orthopädie und Innere Medizin

Spüre deinen Körper – Verbesserung der Eigenwahrnehmung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
<b>BAD-210911</b>	19.-21.11.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	30.09.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung steht die Körperwahrnehmung im Vordergrund. Mit kleinen, bewusst wahrgenommenen Bewegungen können Sie ein Gefühl für Spannung und Entspannung entwickeln, Handlungsmuster entdecken und neue Bewegungsmöglichkeiten erkunden. Sie werden unter anderem die Strategien der FELDENKRAIS-Methode, Denken, Fühlen, Wahrnehmen und Handeln, kennenlernen und praktisch erfahren.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

Fit im Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
<b>BAD-210912</b>	10.-12.12.21 Sportschule Baden-Baden-Steinbach	21.10.21	15	BBS-Mitglieder 45,- / WBRM-Mitglieder 210,- / Sonstige 550,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Den Ansprüchen des Alltags gerecht werden: Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten sind dazu wichtig und wie können diese innerhalb des Rehabilitationssports vermittelt werden, so dass der Transfer in den Alltag erfolgreich gelingen kann? Dazu sind ganz allgemein Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination wichtig, aber auch das gezielte Üben und Trainieren von Alltagsbewegungen.

Einbezogen in dieses komplexe Thema wird auch der Bereich Ernährung. Welche Rolle kann die Ernährung spielen?

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Geistiger Bereich

# Fortbildungen – Bayern



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

Georg-Brauchle-Ring 93

80992 München

Telefon: 089-544189-90

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)

[AGB/Teilnahmebedingungen](#)

[Anmeldung](#)

BAY

## Inklusive Spiel- und Sportideen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F 2101	13.-14.03.21 Augsburg	13.01.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Möglichst praxisnah sollen die Teilnehmer\*innen verschiedene inklusive kleine und große Spiele und Übungen mit zahlreichen Variations- und Anpassungsmöglichkeiten für jüngere und ältere Sportler\*innen erarbeiten und ausprobieren. In der Theorie runden Themen rund um die Inklusion den Lehrgang ab.

**Zielgruppe:** Behindertensport

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

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F 2102	17.-18.04.21 Larrieden	17.02.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Kleine und größere Spiele, Koordination, Kondition, Kräftigung und Entspannung ... diese Punkte und noch mehr werden Thema des Lehrgangs sein. 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

**Besonderheiten:** Wenn zusätzlich die Lizenz "Reitsport für Menschen mit Behinderung" verlängert werden soll, muss der 1. Teil ebenfalls absolviert werden (Anmeldung direkt über die BLVThR).

## Sport und Mobilität im Rollstuhl

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F 2103	26.-27.06.21 Weihenzell	26.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

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

**Zielgruppe:** Behindertensport – Rollstuhlsportler\*innen

**Besonderheiten:** auch für Fußgänger\*innen

## Mit Schwung & Kraft in der Natur

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-C-F 2104	17.-18.07.21 Muhr am See	17.05.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Vielseitige Angebotsthemen: Am 1. Tag werden wir am Hafen mit dem Kajak und SUP unterwegs sein, ebenso werden wir Beachvolleyball ausprobieren. Ein Rolli-Parcours zeigt verschiedene Möglichkeiten im Rollstuhl. Zum Tagesabschluss steht noch Entspannung mit Qigong und Atementspannung auf dem Programm. Der 2. Tag wird in den Wald führen, wo wir vom Gehen, Laufen, Walken, Nordic Walking und Training mit Schwung-hanteln viel Abwechslung bieten. Außerdem probieren wir ein Outdoor-Fitness-Zirkeltraining aus.

**Zielgruppe:** Behindertensport

## Fortbildungen – Bayern

Senioren-sport und seine Auswirkungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- C-F 2105	18.-19.09.21 Augsburg	18.07.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Corona: Lungenerkrankung und Sport? Außerdem: Das Fatigue-Syndrom				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2101 Teil 1	20.03.21 Dingolfing	20.01.21	8	Mitglieder BVS und DBS 50,- / Sonstige 75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Momentan kommen wir nicht umhin, uns mit dem Coronavirus (SARS-CoV-2) zu beschäftigen. Ein Lungenfacharzt wird auf die Erkrankungsformen, aktuelle Ergebnisse aus der Medizin und verschiedene Behandlungsformen eingehen. Zusammenhänge zu Folgeerkrankungen der Organe werden ebenfalls erläutert. Fatigue-Syndrom – was ist hierbei im Sport zu beachten? Antworten hierzu sowie allgemeine Informationen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> eintägiger Workshop</p>				

Unerlässlichkeit von Bewegung und Sport bei Krebs und Diabetes				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2101 Teil 2	25.09.21 Straubing	25.07.21	8	Mitglieder BVS und DBS 50,- / Sonstige 75,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Theorie-Teil: Der Onkologe Dr. Finsterwalder wird nach kurzer Übersicht über verschiedene Krebsarten auf die Wirkung und Besonderheiten des Sports bei Krebs eingehen. Beim Thema Diabetes werden aktuelle Therapieformen vorgestellt und erläutert und die hieraus resultierenden Erfahrungen besprochen. Der Praxisteil: Hier werden Übungen und Spiele zur Motivation für die Betroffenen vorgestellt und erarbeitet. Außerdem wird das zielgerichtete Verhalten von Übungsleiter*innen bei Notfällen besprochen und geübt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> eintägiger Workshop</p>				

Theoretische und praktische Beispiele in der Halle und im Wasser zu Sport bei Herz- und Krebserkrankungen sowie Diabetes				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2102	27.-28.03.21 Waldsassen	27.01.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Quer Beet: Von Herz, über Krebs zu Diabetes; Übungen in Theorie und Praxis in der Halle und im Wasser – es ist für alle etwas dabei, sei es zur Auffrischung oder neue Inspirationen!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Faszientraining und Entspannung im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2103	10.-11.04.21 Saulgrub	10.02.21	15	Mitglieder BVS und DBS 150,- / Sonstige 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Teilnahmegebühr inkl. Ü/VP (im Doppelzimmer); Einzelzimmer können nach Verfügbarkeit in eigenverantwortlicher Absprache mit dem AURA-Hotel gegen einen Aufpreis gebucht werden.</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Internationale Tänze und Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2104	08.-09.05.21 Augsburg	08.03.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
BAY-B-F 2107	09.-10.10.21 Saulgrub	09.08.21	15	Mitglieder BVS und DBS 150,- / Sonstige 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Tanzen ist eine elementare Erfahrung, die Freude hervorruft und die Gemeinschaft fördert. Musik und Bewegung beflügeln aber auch Geist und Seele. Konzentration, Beweglichkeit und Kommunikation werden in hohem Maße gefördert, was zum Erhalt der Gesundheit des Menschen beiträgt.

Beim Qigong liegt der Fokus auf der Rückbesinnung auf sich selbst, d.h. dem individuellen Erleben. Durch Atmung, sanfte Bewegung und Vorstellungskraft fördern wir unser Wohlbefinden und stärken unsere Persönlichkeit und Widerstandskraft.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Teilnahmegebühr für B-F 2107 inkl. Übernachtung (ÜN) und Verpflegung; Einzelzimmer können nach Verfügbarkeit in eigenverantwortlicher Absprache mit dem AURA-Hotel gegen einen Aufpreis gebucht werden.

Körperwahrnehmung für drinnen und draußen: Yoga trifft Pilates und Nordic Walking				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2105	19.-20.06.21 Saulgrub	19.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 150,- / Sonstige 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Was ist der Unterschied zwischen Yoga und Pilates? Was sind Gemeinsamkeiten? Und vor allem: Wie lassen sich die beiden Ansätze, ob getrennt oder gemeinsam, im Rehasport einbauen?

Wenn das Wetter mitspielt, sollen die Grundlagen von Nordic Walking und die Einsatzmöglichkeiten im Rehasport an der frischen Luft erarbeitet werden.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Teilnahmegebühr inkl. Übernachtung (ÜN) und Verpflegung; Einzelzimmer können nach Verfügbarkeit in eigenverantwortlicher Absprache mit dem AURA-Hotel gegen einen Aufpreis gebucht werden.

Theoretische und praktische Beispiele in der Halle und im Wasser zu Sport bei Herz- und Krebserkrankungen sowie Diabetes				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2106	25.-26.09.21 Waldsassen	25.07.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Quer Beet: Von Herz, über Krebs zu Diabetes; Übungen in Theorie und Praxis in der Halle und im Wasser – es ist für alle etwas dabei, sei es zur Auffrischung oder neue Inspirationen!

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Stundenelemente, die immer zu gebrauchen sind				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2108	06.-07.11.21 Augsburg	06.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Übungen mit und ohne Gerät, die in vielen Bereichen des Rehasports eingesetzt werden können, bilden den Schwerpunkt der Fortbildung. Ergänzt wird die Praxis durch zwei medizinische Vorträge aus der Inneren Medizin und der Neurologie sowie durch eine Auffrischung zum Thema Notfallmaßnahmen in der Rehasportgruppe.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Fortbildungen – Bayern

<b>Fit von Kopf bis Fuß – Bewegtes Gedächtnistraining, Faszien-gymnastik und verschiedene Entspannungsmöglichkeiten</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2109	16.-17.01.21 München	16.11.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

<b>Rund um die Wirbelsäule</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2110	20.-21.02.21 Haag	20.12.20	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> An diesem Wochenende steht das Thema „Rund um die Wirbelsäule“ im Fokus. Neben Kräftigungsübungen für die großen Muskelgruppen und der Tiefenmuskulatur werden auch Elemente aus dem Yoga und Pilates eingebaut, ebenso Atemübungen und Entspannungstechniken sowie der Beckenboden in Theorie und Praxis. Bei den Übungen werden Stundenbilder für HWS, BWS und LWS erarbeitet. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

<b>Rehabilitationssport bei Osteoporose</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2111	06.-07.03.21 Bad Kissingen	06.01.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es wird von Ärzt*innen theoretisches Wissen über die Erkrankung Osteoporose vermittelt und auf die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse und Therapien eingegangen. In der Praxis zeigen verschiedene Therapeut*innen Übungen, die sie, auch aus eigener praktischer Erfahrung, kennen. Des Weiteren werden Übungen gezeigt, welche für Personen ersatzweise eingesetzt werden können, die nicht in liegender Position trainieren können. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

<b>Tiefenmuskuläres Training und Fitnesstrends mit Oldschool-Geräten und innovativen "neuen" Geräten</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2112	06.-07.03.21 München	06.01.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein funktionelles Ganzkörpertraining der besonderen Art: Egal ob Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und v. a. Koordination, hier bleibt nichts auf der Strecke, denn propriozeptives Training ist als Verletzungsprophylaxe essenziell. Hier werden nicht nur aktuelle Trends und Geräte vorgestellt, sondern auch Einblicke in die Anwendung mit verschiedenen Zielgruppen und Ideen für die Umsetzung mit Oldschool Geräten vermittelt. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

<b>Gymnastik am, um und mit dem Hocker – nicht nur für Ältere</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY- B-F 2113	17.-18.04.21 München	17.02.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein funktionelles Ganzkörpertraining der besonderen Art – egal ob Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und v. a. Koordination, hier bleibt nichts auf der Strecke! Bewegungen werden mit kognitiven Aufgaben verknüpft, um neue Herausforderungen zu stellen. Vorgestellt werden nicht nur viele Übungen und Ideen auf und mit dem Hocker in variablen Schwierigkeitsstufen für verschiedene Zielgruppen, sondern auch deren Umsetzung in unterschiedlichen Organisationsformen. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Aufrecht & entspannt durch den Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2114	24.-25.04.21 Muhr am See	24.02.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Spinalstabilisation 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>				

N.N.				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2115	08.-09.05.21 N.N.	08.03.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> N. N.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Pilates – Lassen Sie sich motivieren, Bewegung zu erleben!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2116	12.-13.06.21 Moosburg	12.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Pilates ist ein ganzheitliches Ganzkörpertraining, bei dem Atmung und Bewegung in Einklang gebracht werden. Durch die Anspannung der tiefen Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur wird der Rumpf stabilisiert und damit das Powerhouse aktiviert. Zudem wird durch das Trainieren von funktionellen Bewegungsabläufen die Beweglichkeit gefördert.</p> <p>Beim Pilates steht immer die kontrollierte und konzentrierte Bewegungsausführung im Vordergrund. Bei allen Übungen ist Qualität wichtiger als Quantität!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Potpourri für den orthopädischen Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2117	19.-20.06.21 Augsburg	19.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Ein entspannter Rücken, ein schöner Tag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2118	26.-27.06.21 Rosenheim	26.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Brust raus, Bauch rein, Kopf hoch: Eine gute Körperhaltung lässt uns in Sekundenschnelle besser aussehen. Voraussetzung ist eine starke Rückenmuskulatur. Rückenschmerzen werden als bio-psycho-soziales Phänomen verstanden – sie entwickeln sich also durch das Zusammenwirken von biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren.</p> <p>Den Teilnehmer*innen wird vermittelt, wie man sich „rückenfreundlich“ in Alltag und Beruf verhält und wie sich Risikofaktoren für Rückenbeschwerden vermeiden lassen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Körperliches Training bei Sarkopenie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2119	10.-11.07.21 Bayreuth	10.05.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sarkopenie ist der Verlust von Muskelmasse und -funktion, der über die normalen Alterserscheinungen hinausgeht. Die Folgen einer fortgeschrittenen Sarkopenie können erhöhte Mortalität und Morbidität sowie ein Verlust der Selbstständigkeit sein. Körperliches Training und insbesondere Krafttraining ist die „Gold Standard“-Therapie bei Sarkopenie. Da die Sarkopenie-Erkrankung in den nächsten Jahren voraussichtlich in den Kanon der Rehabilitationssport-Indikationen aufgenommen wird, ist es Ziel der Weiterbildung die Übungsleiter*innen mit dieser Erkrankung und ihrer Therapie vertraut zu machen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Shoulder & Knee secrets				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2120	09.-10.10.21 Amberg	09.08.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Erfahrene Praktiker vermitteln Anatomie, Assessments, Körperanalysen und zielgruppenspezifischen Trainingskonzepte für die Gelenkbereiche Schulter und Knie. Shoulder &amp; Knee Secrets stehen für eine qualifizierte Betreuung im gesundheits- und leistungsorientierten Sport.</p> <p>Im praktischen Teil wird ein schrittweiser Aufbau von Übungen für das Gruppen- und Zirkeltraining erarbeitet. Berücksichtigt werden hierbei das Schmerzempfinden und die Bewegungseinschränkung der Teilnehmer*innen. Auch Infos zu funktionellen Zusammenhängen kommen hierbei nicht zu kurz.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Turnhallengeräte für Gruppen- und Zirkeltraining neu entdeckt: Alltagsmaterialien kreativ verwenden für den Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2121	16.-17.10.21 München	16.08.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wer hat nicht das Ziel, den Teilnehmer*innen immer wieder etwas Neues zu bieten, aber man hat „nur“ die Turnhallengeräte wie Langbank, Matten, Sprossenwand etc. zur Verfügung? Zum einen werden kreative Ideen für die Verwendung der Geräte in Warm-up und Hauptteil für ein Ganzkörpertraining aufgezeigt. Zum anderen sollen Alltagsgeräte und deren kreativen Einsatz, vor allem zur spielerischen Koordinationsschulung, vorgestellt werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Rehabilitationssport bei Rheumaerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2122	23.-24.10.21 Bad Kissingen	23.08.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ärzt*innen vermitteln theoretisches Wissen über verschiedenen rheumatischen Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den Körper. In der Praxis zeigen verschiedene Therapeut*innen Übungen, die sie durch die tägliche Arbeit mit Patient*innen kennen. Des Weiteren werden Übungen gezeigt, welche für Personen ersatzweise eingesetzt werden können, die nicht in liegender Position trainieren können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Rehasport mit Kleingeräten bei Patient*innen mit funktionellen Dysbalancen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2123	13.-14.11.21 Nürnberg	13.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Den Teilnehmer*innen wird in der Theorie die wissenschaftliche Basis von Übung im Rehasport vermittelt, um so eigene Übungen bzw. Varianten entwickeln zu können. Außerdem werden die Entstehung von Schmerzen, die Chronifizierung und die Durchbrechung des Teufelskreises thematisiert. Der Praxisteil umfasst die Gestaltung eines vielschichtigen Rehasportprogrammes, das von Mobilisation, über Stabilisation und Koordination bis hin zur Kräftigung alles beinhaltet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Hip Hip Hurra und die Ferse des Achilles				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2124	20.-21.11.21 Amberg	20.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Schwerpunkte sind die Erkrankungen des Hüftgelenkes und der Achillessehne. Es werden aktuelle Diagnose- und Therapieverfahren besprochen und ein möglichst optimiertes Aufbautraining der Muskulatur ausprobiert.</p> <p>Im praktischen Teil wird ein schrittweiser Aufbau von Übungen für das Gruppen- und Zirkeltraining erarbeitet. Berücksichtigt werden hierbei das Schmerzempfinden und die Bewegungseinschränkung der Teilnehmer*innen. Auch Infos zu funktionellen Zusammenhängen kommen hierbei nicht zu kurz.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Fit trotz (Büro-)Alltag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2125	27.-28.11.21 Augsburg	27.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dass Sitzen im Büro und allgemein ein inaktiver Lebensstil als ungesund gelten, dürfte inzwischen bekannt sein. Doch wie lässt sich das ändern? Wie kann mit kleinen Tricks mehr Bewegung im Alltag integriert werden? Was ist wichtig dabei? Nicht nur diese Fragen werden thematisiert, sondern auch Möglichkeiten für den Transfer vom orthopädischen Rehasport in den Alltag und viele praktische Übungen und Variationen werden vorgestellt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen, Osteoporose, Krebs und Morbus Bechterew				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2126	13.-14.02.21 Erlangen	13.12.20	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
BAY-B-F 2127	12.-13.06.21 Augsburg	12.04.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
BAY-B-F 2128	25.-26.09.21 Augsburg	25.07.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
BAY-B-F 2129	16.-17.10.21 Augsburg	16.08.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
BAY-B-F 2130	20.-21.11.21 Bad Kissingen	20.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. Im Fokus stehen Wirbelsäulenerkrankungen, Osteoporose, Krebserkrankungen und Morbus Bechterew.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ÜL*innen, die Lizenzen mit Einzelindikationen der Orthopädie besitzen, müssen die Lizenz mit dieser Fortbildung zur Gesamtlizenz Übungsleiter*in B Sport in der Rehabilitation – Orthopädie erweitern.</p>				

Sport bei Herz- und Atemwegserkrankungen, Diabetes und pAVK				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2131	10.-11.04.21 München	10.02.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Den Teilnehmer*innen werden durch theoretische und praktische Einheiten Übungen für die Bereiche Herz, Lunge, Diabetes und pAVK vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

## Fortbildungen – Bayern

Sport bei chronisch kranken Kindern und Jugendlichen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2132	03.-04.07.21 Berchtesgaden	03.05.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinische, sportwissenschaftliche und methodisch-didaktische Inhalte in Bezug auf Sport mit chronisch kranken Kindern und Jugendlichen werden in Theorie und Praxis vermittelt. Dabei stehen die Themen wie Diabetes, Mukoviszidose und Adipositas im Vordergrund.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Aus Alt macht Neu: Übungen im Bereich der Inneren Medizin neu entdeckt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2133	11.-12.09.21 Augsburg	11.07.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wer kennt es nicht: Viele altbekannte Übungen, Variationen und Organisationsformen wirken mit der Zeit angestaubt und langweilig. Oftmals bewirkt aber eine kleine Änderung Wunder und die Rehasportstunde wird von den Teilnehmer*innen anders wahrgenommen. Die Fortbildung thematisiert alle Indikationen im Bereich der Inneren Medizin und gibt viele neue (oder alte) Ideen mit auf den Weg.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Verschiedenes zum Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2134	06.-07.11.21 Moosburg	06.09.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dem Lehrgang geht es um Koordination und Kräftigung und zu einem großen Teil um Ausdauer. Außerdem umfasst das Angebot auch gymnastische Übungen sowie Elemente zur Körperwahrnehmung und Entspannung die durch Einzel-, Partner- und Gruppenübungen aufgezeigt werden. Außerdem werden Notfallmaßnahmen in der Koronarsportgruppe besprochen. Dabei werden Übungen am Defibrillator und an Übungspuppen für die Herz-Lungen-Wiederbelebung in Theorie und Praxis durchgeführt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

N.N.				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2135	20.-21.03.21 München	20.01.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> N.N.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p>				

Bewegungstherapie beim Parkinson-Syndrom (PS): Von traditionellen bis modernen Therapieformen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2136	17.-18.07.21 Erlangen	17.05.21	15	Mitglieder BVS und DBS 100,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Motivation und gezielte Bewegungsformen – das sind wesentliche Komponenten, um dem Fortschreiten der Erkrankung nicht-medikamentös entgegen zu wirken. 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</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p>				

# Fortbildungen – Bayern

Rehasport für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BAY-B-F 2137	17.-18.07.21 Abensberg	17.05.21	15	Mitglieder BVS und DBS 150,- / Sonstige 200,-
BAY-B-F 2138	04.-05.12.21 Abensberg	04.10.21	15	Mitglieder BVS und DBS 150,- / Sonstige 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Bewegungsspiele, ergonomische Bewegungsübungen und Grundlagen in Leichtathletikdisziplinen werden für Menschen mit unterschiedlich ausgeprägter geistiger Behinderung vermittelt. Außerdem werden eine Spielideenbörse, Gymnastikformen sowie Laufen, Springen und Werfen werden in Praxis und Theorie thematisiert.

**Zielgruppe:** Geistige Behinderung

**Besonderheiten:** Teilnahmegebühr inkl. Übernachtung (DZ) und Verpflegung

BAY



Foto: Picture Alliance

# Fortbildungen – Berlin



Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband Berlin e.V.

Hanns-Braun-Str. / Kursistenflügel  
14053 Berlin

Telefon: 030-30833870

Fax: 030-3083387200

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

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

[www.sportbildung.berlin](http://www.sportbildung.berlin)

**AGB/Teilnahmebedingungen**

**Anmeldung**

Ganzheitliches Gewichtsmanagement				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F1	09.-10.01.21 Berlin	04.01.21	16	96,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** „Das Einzige was bei einer Diät abnimmt, ist die Lebensfreude!“ Die Ursachen von Übergewicht sind vielfältig. Wir befassen uns mit gesunder Ernährung und Bewegung. Mit einem Blick über den Tellerrand beleuchten wir, was Essverhalten, Gewohnheiten und Lebensumstände mit unserem Wohlfühlgewicht zu tun haben. Auf den Geschmack gekommen? Dann freuen Sie sich auf ein genussvolles Wochenende mit Ihren Referenten: Saskia Hoffmann & Wolfgang Jahn.

Online: Rehasport bei Asthma und COPD				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F2	16.01.21 Online	04.01.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Krankheitsbilder, Trainingsinhalte, Körperwahrnehmung, Atemübungen, Schonende Mobilisierungsübungen, Training zur funktionellen Kräftigung der Beine und Arme und des Rumpfes.  
Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.  
**Zielgruppe:** Innere Medizin  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

Online: HWS/Schulter/Nacken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F3	30.01.21 Online	04.01.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Darstellung der häufigsten Krankheitsbilder, Trainingsinhalte, Training zur funktionellen Kräftigung der der jeweilig betroffenen Strukturen, Atmung und Bewegung, Einsatz von Testverfahren von Kraft und Beweglichkeit.  
Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

# Fortbildungen – Berlin

Online: Rehasport bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit pAVK				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F4	13.02.21 Online	15.01.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Kurzer Überblick zum Krankheitsbild. Methodik und Didaktik des Arteriellen Gefäßtrainings. Leistungs- und Belastungstest bei pAVK. Gehtraining, Krafttraining und Oberkörpertraining. Was noch zu beachten ist (Diabetes).</p> <p>Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p>Besonderheiten: Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

online

B

Online: Orthopädie Spezial HWS – BWS – Hüfte/Knie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F5	27.02.21 Online	29.01.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Darstellung der häufigsten Krankheitsbilder, Trainingsinhalte, Training zur funktionellen Kräftigung der der jeweilig betroffenen Strukturen, Atmung und Bewegung, Einsatz von Testverfahren von Kraft und Beweglichkeit.</p> <p>Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p>Besonderheiten: Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

online

Ausbildung zum*zur Sportassistent*in				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F6	27.-28.02.21 13.-14.03.21 Berlin	29.01.21	32	192,-
B-21-F7	16.-17.10.21 30.-31.10.21 Berlin	17.09.21	32	192,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 Sportassistenten-Ausbildung sind die Teilnehmer*innen Sportassistent*in im Verein und unterstützen aktiv beim Training. Damit wird ein Beitrag zur Inklusion im Sportverein geleistet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Personen, die mindestens 14 Jahre alt sind. Insbesondere geeignet für Menschen, die nicht so gut lernen können.</p>				

Inklusion

Yoga für den Rücken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F8	28.02.21 Berlin	29.01.21	8	48,-
B21-F9	25.-26.09.21 Berlin	27.08.21	16	96,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dieser Fortbildung wird eine kurze Einführung in die Philosophie des Yoga gegeben. Schwerpunkt ist die Vorstellung eines sanften Übungsprogramms in dem klassische Yogaübungen so modifiziert werden, dass sie gefahrlos für den Rücken ausgeführt werden können. Neben den Körperübungen (Asanas) werden auch andere Elemente des Yoga, wie z. B. Atemübungen, Meditation und Tiefenentspannung miteinbezogen.</p>				

# Fortbildungen – Berlin

## Online: „Aquavielfalt“ im Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F10	24.02.21 Online	27.01.21	4	24,-
B-21-F11	23.09.21 Online	26.08.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**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-21-F12	04.03.21 Online	04.02.21	4	24,-
B-21-F13	07.10.21 Online	09.09.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

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

## Online: Rehasport mit TEP – Einsteigerkurs

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F14	13.03.21 Online	12.02.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wecken von Ressourcen, Chancen und Möglichkeiten mit dem neuen Gelenk, Erarbeitung von risiko- und beschwerdefreien Bewegungsradien.

Kurs für Teilnehmer\*innen mit geringen Erfahrungen mit Gelenkersatz, Erarbeitung und Ideensammlung von Übungen für Stundenbilder, Funktionsgymnastik, Beckenbodentraining.

Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.

**Zielgruppe:** Orthopädie

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

## Umgang mit Konflikten: Mediation und Sport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F15	13.-14.03.21 Berlin	12.02.21	16	96,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

## Online: Gruppendynamik in Sportgruppen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F16	23.03.21 Online	23.02.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

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

# Fortbildungen – Berlin

Online: Sport und Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F17	27.03.21 Online	26.02.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Häufige Krankheitsbilder, Bewegung als nichtpharmakologische Maßnahme, Einfluss zur Verbesserung der Lebensqualität, Besonderheiten beim Sport mit Tumorpatienten, Bewegung/ Sport während/ nach der Therapie, Belastungsgrenzen und Indikationsstellung, Trainingsinhalte, Mobilisation, Sensomotoriktraining, Krafttraining und Ausdauertraining, Trainingssteuerung. Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

online

B

Prüfer*innen-Lehrgang DSA für MmB: Ausbildung zur Prüflizenz Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F18	17.03.21 Berlin	17.02.21	8	30,-
B-21-F19	04.05.21 Online abends 08.05.21 Berlin	06.02.21	8	30,-
B-21-F20	07.09.21 Online abends 11.09.21 Berlin	10.08.21	8	30,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Theorie und Praxis. Grundlagen der Prüfung des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderungen, Information über Behinderungsklassen, Handhabung der Beeinträchtigungen, leichtathletische Disziplinen, Formalitäten. <b>Zielgruppe:</b> Sportabzeichenprüfer*innen <b>Besonderheiten:</b> Voraussetzung ist der Besitz der Prüflizenz für das Sportabzeichen für Menschen ohne Behinderung; Teil-Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

online

online

Online: Sport mit Alltagsmaterialien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F21	14.04.21 Online	17.03.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie, Innere Medizin <b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

online

# Fortbildungen – Berlin

## Online: Bewegungsförderung mit älteren und hochaltrigen Menschen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F22	21.04.21 Online	24.03.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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. Auf der Grundlage dessen werden verschiedene Bewegungsmöglichkeiten besprochen und praktisch erprobt.

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

## Stress lass nach – Als Übungsleiter\*in entspannt durch den Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F23	17.-18.04.21 Berlin	19.03.21	16	96,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Hauptstadtrubel, Existenzängste, herausfordernde Reha-Sport-Teilnehmer\*innen. Und die Familie soll auch nicht zu kurz kommen. Wie bekomme ich das alles unter einen Hut, ohne selbst auf der Strecke zu bleiben? Wie kriege ich eine angenehme Arbeitsatmosphäre? Freuen Sie sich auf ein entspanntes Wochenende mit spannenden Themen: Was ist Stress? Umgang mit Stress, Atementspannung, wertschätzende Kommunikation, „Naturbaden“ ...

## Yoga und Feldenkrais für den Beckenboden

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F24	18.04.21 Berlin	19.03.21	8	48,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ein gut funktionierender Beckenboden stabilisiert die Wirbelsäule und die Hüftgelenke, richtet die Haltung auf und sorgt für eine bessere Bewegungsorganisation. Inhalte dieser Fortbildung (vor allem praktisch, als auch theoretisch) sind:

das Becken, an dem der Beckenboden »aufgehängt« ist, die Bewegungsrichtungen des Beckens, das Zusammenspiel seiner Gelenke, der dreischichtige Aufbau der Beckenbodenmuskulatur, Aktivierung und Differenzierung der einzelnen Schichten, der Zusammenhang von Beckenboden und Atmung

## Online: Überblick im Bereich Innere Erkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F25	28.04.21 Online	31.03.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

## Feldenkrais für die Wirbelsäule

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F26	09.05.21 Berlin	09.04.21	8	48,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung werden die sanften kleinen Bewegungen, die der Feldenkrais-Methode eigen sind, unter die Lupe genommen. Mit minimalem Aufwand und maximaler Effizienz wirken sie auf das Nervensystem, seine Organisation und Lernfähigkeit. Thematisch auf die Beweglichkeit der Wirbelsäule ausgerichtete Lektionen helfen das Zusammenspiel von Muskulatur, Knochen und Gelenken neu zu justieren. Dies ermöglicht den Wirbeln sich je nach Anforderungen der Situation zu beugen, strecken, drehen und zur Seite zu neigen. Die von Feldenkrais verwendeten Prinzipien werden in den Lektionen spürend erforscht (90%), als auch theoretisch vorgestellt (10%).

# Fortbildungen – Berlin

Bewegung, Spiel und Sport für Kinder und Jugendliche mit chronischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F27	08.-09.05.21 Berlin	09.04.21	15	90,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel ist es, in die Thematik Rehabilitationssport mit Kinder und Jugendlichen mit chronischen Erkrankungen einzuführen bzw. zu vertiefen. Es werden dabei neben der Theorie auch die Möglichkeiten in der Praxis für den Rehabilitationssport aufgezeigt.  
Einführung in das Thema, psychologische Aspekte, medizinische Aspekte, zielgruppenspezifische Besonderheiten in Methodik und Didaktik, Praxis, rechtliche Grundlagen.

Online: Funktionelle Gymnastik – Refresher				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F28	11.05.21 Online	13.04.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Der Themenblock „funktionelle Gymnastik“ ist grundlegend für eine zielgruppenspezifische Umsetzung von verschiedenen Inhalten des Rehasports. Gemeinsam werden theoretische Grundlagen besprochen und vielfältige praktische Beispiele erprobt.

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

Sport und Bewegung nach Schlaganfall				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F29	29.-30.05.21 Berlin	30.04.21	16	96,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Unter Berücksichtigung des individuellen Fähigkeitsniveaus der Betroffenen liegen die Schwerpunkte dieses Lehrganges in den Bereichen Gleichgewichts- und Koordinationsschulung, Sturzprävention, Wahrnehmungstraining, Kognitives Bewegungstraining und Notfallmanagement.

Von einfachen funktionellen Anforderungen bis hin zu komplexen spielerischen Aufgaben werden zahlreiche Möglichkeiten vorgestellt, um Übungsstunden gezielt aufbauen und durchführen zu können.

**Zielgruppe:** Neurologie

Online: Workshop Orthopädie – Schulterdegeneration				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F30	08.06.21 Online	11.05.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel ist es, die Anatomie und Physiologie des Schultergelenks zu verstehen, sowie degenerative Erkrankungen des Schultergelenks und deren Bedeutung für den Rehasport aufzuzeigen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

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

Rücken entzücken – Ganzheitliche Rückenschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F31	12.-13.06.21 Berlin	14.05.21	16	96,-

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

**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Berlin

## Online: Neurologie Workshop

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F32	14.06.21 Online	14.05.21	4	24,-

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

## Online: Workshop Orthopädie – Wirbelsäulenerkrankungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F33	17.08.21 Online	20.07.21	4	24,-

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

## Online: Sport bei Demenz

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F34	18.08.21 Online	20.07.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Fortbildung „Sport bei Demenz“ thematisiert neurologische Erkrankungen und insbesondere die einzelnen Krankheitsbilder von Demenz. 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. Auf der Grundlage dessen werden verschiedene Bewegungsmöglichkeiten besprochen und praktisch erprobt.  
**Zielgruppe:** Neurologie  
**Besonderheiten:** Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.

## Online: Rehasport bei Parkinson

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F35	31.08.21 Online	31.07.21	4	24,-

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

## Orthopädie Spezial: HWS – BWS – Hüfte/Knie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F36	05.09.21 Berlin	06.08.21	8	48,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Darstellung der häufigsten Krankheitsbilder. Trainingsinhalte. Training zur funktionellen Kräftigung der jeweilig betroffenen Strukturen. Atmung und Bewegung. Einsatz von Testverfahren von Kraft und Beweglichkeit. Praxis: Kleingruppenarbeit, Übungsauswahl, HWS, BWS und Hüfte/Knie. Stundenbilder. Fortsetzung des Online-Seminars vom 27.02.2021 mit stärkerem Praxisanteil.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Berlin

Online: Rehasport mit Gelenkpatient*innen in Theorie und Praxis				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F37	14.09.21 Online	17.08.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziel ist es, verschiedene Gelenkerkrankungen mit ihrer Symptomatik, Diagnose und Therapie kennenzulernen, sowie Ziele und Methoden für den Rehasport zu definieren.</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>				

online

B

Rehasport bei Asthma und COPD				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F38	18.09.21 Berlin	20.08.21	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Krankheitsbilder. Trainingsinhalte. Körperwahrnehmung. Atemübungen. Schonende Mobilisierungsübungen. Training zur funktionellen Kräftigung der Beine und Arme und des Rumpfes. Praxis: Kleingruppenarbeit, Arbeit im Forum.</p> <p>Fortsetzung des Online-Seminars vom 16.01.2021 mit stärkerem Praxisanteil.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Gedächtnistraining mal anders – Sitz und Bewegungstänze für Senior*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F39	N. N. Berlin	N.N.	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Von Line Dance, Square Dance, Paar- und Kreistänzen zu Choreografie und Sitztänzen – Seniorenentänze sind vielfältig und passen in keine Schublade, Ideen, Tipps und Tricks, Musiktheorie.</p>				

Einfache Tänze im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F40	N. N. Berlin	N.N.	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einführung in die Vermittlung leichter Tanzschritte und einfacher Choreografien zur Umsetzung im Rehasport und in heterogenen Gruppen. Tipps und Tricks.</p>				

Inklusion

Fachtag – Sport inklusiv. Einfach mal machen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F41	18.09.21 Berlin	18.08.21	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Sportverbände und dem Projekt Mission Inklusion.</p>				

Inklusion

Online: Ganganalyse und Gangschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F42	05.10.21 Online	07.09.21	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

online

# Fortbildungen – Berlin

## Das einzige was stört sind die Teilnehmer\*innen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F43	06.10.21 Berlin	08.09.21	5	30,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Umgang mit schwierigen Teilnehmer\*innen in Sportgruppen.

## Online: Kreuzbandriss Diagnose und Therapie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F44	27.10.21 Online	29.09.21	4	24,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

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

## Wahrnehmung und Bewegung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F45	06.11.21 Berlin	08.10.21	8	48,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

## Feldenkrais für die Wirbelsäule

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F46	06.-07.11.21 Berlin	08.10.21	8	48,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung werden die sanften kleinen Bewegungen, die der Feldenkrais-Methode eigen sind, unter die Lupe genommen. Mit minimalem Aufwand und maximaler Effizienz wirken sie auf das Nervensystem, seine Organisation und Lernfähigkeit. Thematisch auf die Beweglichkeit der Wirbelsäule ausgerichtete Lektionen helfen das Zusammenspiel von Muskulatur, Knochen und Gelenken neu zu justieren. Dies ermöglicht den Wirbeln sich je nach Anforderungen der Situation zu beugen, strecken, drehen und zur Seite zu neigen. Die von Feldenkrais verwendeten Prinzipien werden in den Lektionen spürend erforscht (90%), als auch theoretisch vorgestellt (10%).

## Burnout-Prävention / Resilienztraining

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F47	06.-07.11.21 Berlin	08.10.21	16	96,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

online

# Fortbildungen – Berlin

Rehasport mit TEP – Einsteigerkurs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F48	13.11.21 Berlin	15.10.21	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wecken von Ressourcen. Chancen und Möglichkeiten mit dem neuen Gelenk. Erarbeitung von risiko- und beschwerdefreien Bewegungsradien. Kurs für Teilnehmer*innen mit geringen Erfahrungen mit Gelenkersatz. Erarbeitung und Ideensammlung von Übungen für Stundenbilder, Funktionsgymnastik. Fortsetzung des Online-Seminars vom 13.03.2021 mit stärkerem Praxisanteil.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Bewegung Lernen Sprache				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F49	14.11.21 Berlin	15.10.21	8	48,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Angesichts 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>				

Mentaltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F50	20.-21.11.21 Berlin	22.10.21	16	96,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Spitzensport spielt die mentale Ausrichtung eine wichtige Rolle. 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 gestresstem, ängstlichem oder auch übermotiviertem Teilnehmer*innen umzugehen.</p>				

Gesundheitspaket im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F51	27.-28.11.21 Berlin	29.10.21	16	96,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Förderung, Erweiterung und Vertiefung von Handlungskompetenzen hinsichtlich der Rehabilitationsziele, Venenfitness, auf die „Verpackung“ kommt es an, Bewegungsangebote im Gehen, Stehen und Sitzen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Online: Geschlechtersensible Sportangebote gestalten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F80	N.N. Online	N.N.	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wir wollen uns damit auseinandersetzen, ob unsere Sportangebote gleichermaßen zugänglich sind für alle Geschlechter und sexuellen Identitäten. Wie viele Geschlechter gibt es überhaupt – und wollen wir die immer alle ansprechen? Wo macht es Sinn, Gruppen exklusiv für bestimmte (geschlechtliche) Zielgruppen anzubieten? Wir können gemeinsam Begriffe klären, anhand eurer mitgebrachten Fallbeispiele konkrete Lösungsansätze besprechen, Werbe- und Übungsmaterial überprüfen und zusammen versuchen, einen Rahmen für sportliche Begegnungen zu gestalten, in dem Vielfalt als Reichtum wahrgenommen wird.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

B

Inklusion  
online

# Fortbildungen – Berlin

Inklusion  
online

Online: Feedback konstruktiv einsetzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F81	N.N. Online	N.N.	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Um inklusive Sportgruppen erfolgreich zu gestalten, sind gemeinsame Absprachen der Übungsleiter*innen und die Reflexion des Gruppengeschehens erforderlich. Darf ich das pädagogische Handeln meiner Kolleg*innen hinterfragen? Wie spreche ich Schwierigkeiten an? Besteht eine Kultur gegenseitigen konstruktiven Feedbacks, können Übungsleiter*innen-Teams die genannten Herausforderungen erfolgreich bewältigen. Feedback entlastet, erhöht die Zufriedenheit und kann sich positiv auf das Klima und die Qualität der Sportangebote auswirken – also lasst uns miteinander reden!</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Inklusion  
online

Online: Inklusion im und durch Sport. Was ist damit gemeint und wie können wir es umsetzen?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F82	N.N. Online	N.N.	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Inklusion  
online

Online: Impulse für den Umgang mit herausforderndem Verhalten – im Kontext Sport- und Bewegungsangebote				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F83	N.N. Online	N.N.	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Rahmenbedingungen in Schule und Sport haben sich in den letzten Jahren verändert. „Störendes“ Verhalten von Kindern und Jugendlichen wird zunehmend als Hauptbelastungsfaktor erlebt. 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 System leisten können. Und, wir wollen pädagogische Ansätze und Interventionsmethoden zusammentragen, die geeignet sind, um auf unterschiedliches Sozialverhalten konstruktiv einzugehen.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

Inklusion  
online

Online: Teamarbeit in heterogenen Gruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
B-21-F83'4	N.N. Online	N.N.	4	24,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 an? 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><b>Besonderheiten:</b> Online-Seminar über Videokonferenzanbieter: Teilnahmevoraussetzung ist ein Computer mit Mikrofon, Audio- und Videofunktion.</p>				

# Fortbildungen – Brandenburg



Behinderten- und Rehabilitationssportverband Brandenburg  
 Dresdener Straße 18  
 03050 Cottbus  
 Telefon: 0355-48646325  
 Fax: 0355-48646329  
 E-Mail: [thomel@bsbrandenburg.de](mailto:thomel@bsbrandenburg.de)  
 Internet: [www.bsbrandenburg.de](http://www.bsbrandenburg.de)  
[AGB/Teilnahmebedingungen](#)  
[Anmeldung](#)

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

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB01-21	27.-28.02.21 Hoppegarten	27.01.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

## Refresher Wassergymnastik für den Rehabilitationssport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB02-21	13.03.21 Neuruppin	13.02.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-
BR-FB11-21	18.09.21 Neuruppin	18.08.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Auffrischende, vertiefende Inhalte in Theorie und Praxis. Schwerpunkt: Informationen rund ums Wasser, Krankheitsbilder und Gruppengespräche zum Erfahrungs- und Wissensaustausch, Übungen mit verschiedenen Kleingeräten.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

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

## Faszientraining im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB03-21	14.03.21 Neuruppin	13.02.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-
BR-FB05-21	17.04.21 Oranienburg	17.03.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-
BR-FB12-21	19.09.21 Neuruppin	18.08.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ursache: Faszie – Anatomie, Physiologie, Indikationen/Kontraindikationen. Erlernen der Faszien Prinzipien mit Umsetzung und Anwendung der Übungen in Gruppen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Brandenburg

Balance Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB04-21	27.-28.03.21 Großräschen	27.02.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

Tai Chi / Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB06-21	24.-25.04.21 Herzberg	24.03.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB13-21	25.-26.09.21 Herzberg	25.08.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB17-21	13.-14.11.21 Herzberg	13.10.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

Sport nach Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB07-21	24.-25.04.21 Rüdersdorf	24.03.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Theorie und Praxis von Kraftausdauer in verschiedenen Sportarten, Wassergymnastik und Tai Chi

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

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

Fremde Bewegungslehren – Autogenes Training / PMR / Yoga / Aikido / Karate				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB08-21	29.-30.05.21 Hoppegarten	15.04.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

Bogenschießen im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB09-21	05.06.21 Neuruppin	05.05.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-

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

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Brandenburg

Sport bei Gelenkerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB10-21	12.-13.06.21 Herzberg	12.05.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p>				
Atmung / Ausdauer / Einsatz von Messtechniken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB14-21	02.-03.10.21 Hoppegarten	16.09.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einführung in die Aufgaben der Atmung für geistige und körperliche Aktivitäten; ein spezielles Ausdauertraining und Kontrolle der individuellen Entwicklung durch Einsatz von Messtechniken.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend  <b>Besonderheiten:</b> hoher Praxisanteil</p>				
Tanz im Rehabilitationssport – Grundkurs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB15-21	06.-07.11.21 Cottbus	06.10.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
BR-FB19-21	27.-28.11.21 Cottbus	27.10.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Möglichkeit der tänzerischen Erwärmung, Gruppen- und Paaraufstellung, Tanzschritte und Bewegung nach Musik, Bewegung und Haltung beim Tanz, Entspannung durch langsamen Tanz  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Pilatesmethode				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB16-21	06.11.21 Oranienburg	06.10.21	8	BSB 55,- / DBS 60,- / Sonstige 70,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vorstellen der Prinzipien der Pilates Methode, Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen von Pilates im Rehabilitationssport, Übertragungen auf bekannte Übungen und eigene Übungen erarbeiten.  <b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Herz-Kreislauf und Kraftausdauer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BR-FB18-21	20.-21.11.21 Rüdersdorf	20.10.21	15	BSB 100,- / DBS 110,- / Sonstige 130,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Theorie und Praxis in Nordic Walking, Wassergymnastik, Ergometer als Trainingssteuerung.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin  <b>Besonderheiten:</b> Bitte Schwimmbekleidung mitbringen. Max. 15 Teilnehmer*innen</p>				

# Fortbildungen – Bremen



Behinderten Sportverband Bremen e.V.

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)

[AGB/Teilnahmebedingungen](#)

[Anmeldung](#)

## Alltagsnahes Krafttraining im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2020-F-001	06.-07.02.21 Bremen	08.01.21	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel ist es, durch Krafttraining im Alltag besser zurecht zu kommen. In dieser Fortbildung werden Ideen vorgestellt und erarbeitet, um ein Krafttraining abwechslungsreich im orthopädischen Rehasport mit Alltagsbezug zu trainieren und Zuhause umzusetzen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung, ohne Übernachtung

## Kreatives Koordinationstraining in der Orthopädie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-002	20.03.21 Bremen	19.02.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Vorgestellt und erarbeitet werden kreative Ideen, um den Alltag der Teilnehmer\*innen ökonomischer zu gestalten. Inhalte sind die koordinativen Fähigkeiten und der Einsatz verschiedenster Materialien.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung

## Schulter – Praxis

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-003	29.05.21 Bremen	30.04.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung

## ISG-Syndrom – Praxis

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-004	30.05.21 Bremen	30.04.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung

# Fortbildungen – Bremen

Praxisideen mit diversen Kleingeräten in der Inneren Medizin				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-005	12.-13.06.21 Bremen	14.05.21	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Der Einsatz von diversen Kleingeräten aus dem Sport und dem Alltag macht es möglich, den Rehasport vielfältig zu gestalten. Vorgestellt und erarbeitet wird ein Pool aus abwechslungsreichen Übungen mit diversen Kleingeräten für orthopädische Gruppen.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** mit Verpflegung, ohne Übernachtung

Faszientraining – Grundlagen und Umsetzung in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-006	11.-12.09.21 Bremen	13.08.21	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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, die Übungsleiterkompetenzen erweitert.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung, ohne Übernachtung

Facettenreiche Wirbelsäulengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-007	06.11.21 Bremen	08.10.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel dieser Fortbildung ist es, Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich gestalten zu können, um die Teilnehmer\*innen zur langfristigen Teilnahme zu motivieren. Vorgestellt und erarbeitet werden Inhalte für eine facettenreiche Wirbelsäulengymnastik.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung

Spiele zum Ausdauertraining in der Inneren Medizin				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-008	20.11.21 Bremen	22.10.21	8	BSB und DBS-Mitglieder 150,- / Nichtmitglieder 190,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung werden kleine und große Spiele vorgestellt und erarbeitet. Ziel ist es, durch Spiele die Ausdauerleistungsfähigkeit der Teilnehmer\*innen zu verbessern, um diese zum Sport zu motivieren.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** mit Verpflegung

Sturzprophylaxe in der Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
BRE-2021-F-009	18.-19.12.21 Bremen	19.11.21	16	BSB und DBS-Mitglieder 250,- / Nichtmitglieder 290,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel dieser Fortbildung ist es, den Teilnehmer\*innen der neurologischen Rehasportgruppen Sicherheit im Alltag zu vermitteln. Vorgestellt und erarbeitet werden Inhalte zur Sturzprophylaxe mit Alltagsbezug.

**Zielgruppe:** Neurologie

**Besonderheiten:** mit Verpflegung, ohne Übernachtung

# Fortbildungen – Hamburg



Behinderten- und  
Rehabilitations-  
Sportverband  
Hamburg e.V.

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**

Innere Medizin – Herz-Kreislaufkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2101	18.-19.09.21 Hamburg	18.08.21	15	BRS 64,- / andere Verbände 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Innere Medizin“ schwerpunktmäßig aus dem Gebiet Herz-Kreislaufkrankungen, in Theorie und Praxis, ggf. Erfahrungsaustausch.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Ideen für den Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2102	25.-26.09.21 Hamburg	25.08.21	15	BRS 55,- / andere Verbände 103,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Innere Medizin – Sport mit Atemwegserkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2103	06.11.-07.11.21 Hamburg	06.10.21	15	BRS 64,- / andere Verbände 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Innere Medizin“, in Theorie und Praxis, schwerpunktmäßig aus dem Gebiet „Sport mit Atemwegserkrankungen“.  <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Vertiefungswochenende: Orthopädie – speziell Gelenke, Muskeln, Faszien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2104	13.-14.11.21 Hamburg	13.10.21	15	BRS 64,- / andere Verbände 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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.  <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Orthopädie – Sport in der Krebsnachsorge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
HH-2105	20.-21.11.21 Hamburg	21.10.21	15	BRS 64,- / andere Verbände 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Sport in der Krebsnachsorge“ in Theorie und Praxis, ggf. Erfahrungsaustausch.</p>				

# 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](#)

Stressmanagement				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F1	16.01.21 Frankfurt	29.11.20	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Stress ist in aller Munde, jeder hat heutzutage Stress und ist gestresst. Es gehört schon fast zum guten Ton unter Dauerstress zu sein. Aber was ist Stress, wie wird er definiert und was löst er in uns aus und wie gehen wir damit um und wie kann ihm entgegengewirkt werden. In diesem Lehrgang werden wir unserem eigenen Stresslevel auf die Spuren gehen und Wege finden unseren Alltag ruhiger und entspannter anzugehen.

Hockergymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F2	21.01.21 Fulda	20.12.20	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

Zirkeltraining im Wasser und Körperwahrnehmung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F3	24.01.21 Bad Soden-Salmünster	27.12.20	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel ist es, die Möglichkeiten des Elementes Wasser für den Reha-Sport aufzuzeigen. Die Wirkungsweisen des Wassers auf den Körper kennenlernen. Die Teilnehmer\*innen können nach der Fortbildung Zirkeltraining im Wasser für Rehabilitationsgruppen einsetzen.  
Eigene Erfahrungen zur Körperwahrnehmung sammeln.  
**Besonderheiten:** Bitte Schwimmbekleidung mitbringen.

Schulter und HWS				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F4	02.-03.02.21 Wetzlar	22.11.20	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Der Schulter- und HWS-Bereich zeigen häufig Beschwerdebilder der Teilnehmer\*innen im Rehasport. Die Übungsleiter\*innen lernen in der Theorie verschiedene Beschwerdebilder kennen und wir gehen in der Praxis auf gezielte Übungen in Bezug auf Beweglichkeit, Stabilisation und Kräftigung ein.



# Fortbildungen – Hessen

ISG und das Kniegelenk				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F5	03.-04.02.21 Wetzlar	22.11.20	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Übungsleiter*innen lernen einen systematischen Aufbau kennen in Bezug auf Körperwahrnehmung, Stabilisation, Beweglichkeit, Kräftigung und Koordination für den unteren Bereich der Wirbelsäule kennen unter Berücksichtigung von einem stabilen Fundament, den Beinachsen. Insbesondere betrachten wir dabei die Kniegelenke.</p>				

Einsatz von Functional Training im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F6	13.02.21 Bad Vilbel	10.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Teilnehmer*innen lernen welche Bedeutung Functional Training hat und wie man es in den unterschiedlichen Anwendungsbereiche einsetzen kann.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Referent ist Rollstuhlfahrer</p>				

Individualsport für ALLE				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F7	20.02.21 Ronneburg	17.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein Mix aus praxisorientierten Theorieteilern und Selbsterfahrung soll eine Orientierung geben, Regeln, Spiele und Bewegungsfolgen der Situation und den Teilnehmer*innen entsprechend zu adaptieren. Der pädagogische Ansatz jeden Einzelnen zu ‚fördern und fordern‘, um mit Spaß und Erfolg zu agieren, soll für die Teilnehmer*innen des Lehrgangs erfahrbar werden. Nach jedem Themenblock folgt eine kurze Reflexion.</p>				

Qigong, Atmung ist das Spiegelbild der Seele				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F8	20.02.21 Idstein	17.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hauterkrankungen, innere Unruhe, Nervosität, Infektanfälligkeit, Lungenerkrankungen vor allem Bronchitis und Asthma bronchiale, Heiserkeit u.v.m. sind Symptome bei einem gestörten Funktionskreis Lunge. Lernen Sie mit Meditation und Übungen der traditionellen chinesischen Medizin psychischen Stress zu erkennen und abzubauen.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Mitzubringen von jeder*jedem*Teilnehmer*in: 1 Handtuch (50x100cm), 1 Decke, 1 kleines Kissen als Unterlage für den Kopf sowie bequeme Kleidung und dicke Socken</p>				

Krafttraining mit verschiedenen Interaktionsformen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F9	25.02.21 Frankfurt	10.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Übungsleiter*innen lernen verschiedene Interaktionsformen zur Durchführung eines angemessenen Krafttrainings für Rehasportgruppen kennen. Dies wird sowohl in Einzelübungen, in Partnerform, in der Kleingruppe und in der Gesamtgruppe in Theorie und Praxis konzipiert.</p>				

Go's und No Go's im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F10	26.02.21 Fulda	24.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>Besonderheiten:</b> Fortbildung hat Seminarcharakter</p>				

## Fortbildungen – Hessen

Stress, Burnout und Co. und ihre Auswirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F11	26.-27.02.21 Willingshausen-Zella	24.01.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

Beckenbodengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F12	27.02.21 Groß-Gerau	24.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Den meisten ist der Beckenboden erst ein Begriff, nach der Geburt und überhaupt ist es ein „weibliches Thema“ mit viel Stillschweigen. Mit diesen Vorurteilen wollen wir in diesem Kurs aufräumen. Wir werden auf die Anatomie, Lage und Besonderheiten dieses sehr interessanten Muskelbereiches eingehen. Wir werden lernen, dass auch der Mann einen Beckenboden hat, den es ebenfalls richtig zu handhaben gilt und warum Frauen das schwere Heben lieber den Männern überlassen sollten. Das Ganze wird mit Übungen und Tipps für den Alltag abgerundet.

Kardio-Refresher				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F13	06.03.21 Rotenburg a. d. Fulda	17.01.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Vermittlung des überarbeiteten ÜL-Konzeptes INNERE MEDIZIN, Schwerpunkt Herzgruppen 2021, aktuelle Studien, Notfälle im Herzsport (Notfallkoffer)

**Besonderheiten:** Lehrgang wird von zwei Referent\*innen durchgeführt

Diabetes Typ 2 im Rehasport-Basics aus Sicht der Sport- und Ernährungswissenschaft				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F14	12.03.21 Fulda	07.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Spiel, Sport und Bewegung trotz Diabetes Typ 2? Erfahren Sie medizinische, trainingswissenschaftliche und oecotrophologische Basics über die Hintergründe des Krankheitsbildes und die Chancen, die sich durch das „Bewegen“ in Rehasport-Gruppen für einen abgemilderten Krankheitsverlauf ergeben. Was sind aus Sicht der Sport- und der Ernährungswissenschaft Punkte, die ein\*e Trainer\*in bei der Stundenplanung beachten sollten?

**Besonderheiten:** Fortbildung wird von zwei Referent\*innen durchgeführt

Achtsamkeit als Lebensstil				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F15	13.03.21 Fulda	07.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die theoretischen Hintergründe der Themen „innere Haltung“ und „Selbstfürsorge“ werden im Kontext von Achtsamkeit betrachtet. In den Blickpunkt gelangen die individuellen gesundheitlichen Herausforderungen und körperlichen Potenziale. Im Praxisteil werden Achtsamkeitsübungen wie progressive Muskelentspannung, Bodyscan, Qigong, Meditation sowie Reflexionen zu persönlichen Ressourcen durchgeführt.

# Fortbildungen – Hessen

Schulterfaszien nach der Franklin Methode				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F16	20.03.21 Lollar	14.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das vielfältige Fitness-Programm gegen schmerzhaftes Verspannungen in Schultern und Nacken. Fantasievoll, wirksam gezielt einsetzbar. Mit fließender Bewegung und mentaler Kraft körperliche Entspannung und innere Ruhe finden.</p>				

Kommunikation und Achtsamkeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F17	22.03.21 Fulda	21.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>Besonderheiten:</b> Bereitschaft zur Selbstreflexion</p>				

Aspekte des Lungensports				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F18	27.03.21 Kassel	21.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Von der Funktionsgymnastik zum Blasrohrsport. Vermittlung wichtiger Elemente des Lungensports in Theorie und Praxis. Kleine Spiele, Atmung und Haltung, Bewegung und Rhythmus im Lungensport.</p>				

Ausdauertraining – Laufspiele für den Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F19	27.03.21 Groß-Gerau	21.02.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Chaoslauf...schon wieder...da gibt's doch bestimmt noch mehr. Interaktiv soll eine Ideensammlung verschiedener Ausdauerformen in spielerischer Umgestaltung erstellt werden. Von der Theorie der Ausdauer zur Praxis des Spiels.</p>				

pAVK und Gefäßsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F20	29.-30.03.21 Wetzlar	17.01.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Übungsleiter*innen erlernen in der Theorie Kenntnisse über die periphere arterielle Verschlusskrankheit, insbesondere über die Stadieneinteilung und die Lagetypen. In der Praxis geht es um gezielte dynamische Ausdauer- und Kraftübungen, um die Durchblutungssituation schwerpunktmäßig in den Beinen zu verbessern.</p>				

Atmung und Entspannung für Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F21	30.-31.03.21 Wetzlar	17.01.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dies ist ein Selbsterfahrungslehrgang für Übungsleiter*innen. Wir probieren verschiedene Atem- und Entspannungstechniken aus und nehmen dabei vermehrt uns selbst wahr. Wir reflektieren das dabei Erlebte und erleben und erfahren das breite Wirkungsspektrum von Atem- und Entspannungsübungen.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bereitschaft zur Selbstreflexion</p>				

# Fortbildungen – Hessen

Knieschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F22	17.04.21 Bad Soden-Salmünster	14.03.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Hochaltrige im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F23	24.04.21 Ober-Beerbach	21.03.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In diesem Lehrgang soll auf die besonderen Bedürfnisse und Beeinträchtigungen dieser Altersgruppe eingegangen werden. Inhalte: Möglichkeiten der Durchführung von speziell auf diese Altersgruppe zugeschnittenen Angeboten. Differenzierung der Übungsauswahl bei stark heterogenen Gruppen, an denen auch Hochaltrige teilnehmen. Ziel ist es bei beiden Varianten, noch vorhandenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu trainieren und verlorengegangene Fähigkeiten neu zu entdecken, um die Selbständigkeit im Alter zu erhalten.</p>				

Schwachtes Herz trifft schwache Lunge – bei allen hängt die Zunge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F24	24.04.21 Rotenburg a. d. Fulda	07.03.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziel ist es, die Möglichkeiten der erfolgreichen Bewegungstherapie im Rahmen von Rehabilitationssport aufzuzeigen. Darstellung des Krankheitsbildes, Diagnostik und therapeutische Ansätze. Es werden pfiffige Ideen für den Lungensport (In- und Outdoor) vorgestellt sowie Assessments zur Überprüfung des Erfolges der aktiven Maßnahmen. Theoretische Grundlagen werden leicht verständlich vermittelt. In der Praxis steht die Selbsterfahrung im Mittelpunkt. Direkter Kontakt mit Verantwortlichen des HBRS während der Tagung.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Lehrgang wird von zwei Referent*innen durchgeführt.</p>				

Fit im Alter				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F25	29.-30.04.21 Frankfurt	14.03.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In der Theorie werden verschiedene Beanspruchungsformen spezifisch für Ältere besprochen. In der Praxis werden unterschiedliche Testverfahren und Übungssequenzen erprobt, die in Rehasportgruppen praktikabel sind.</p>				

Teamsport für ALLE				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F26	03.-04.05.21 Wetzlar	21.02.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein Mix aus praxisorientierten Theorieteilern und Selbsterfahrung soll eine Orientierung geben, Regeln, Spiele und Bewegungsfolgen der Situation und den Teilnehmer*innen entsprechend zu adaptieren. Der pädagogische Ansatz jeden Einzelnen zu ‚fördern und fordern‘, um im Team mit Spaß und Erfolg zu agieren, soll für die Teilnehmer*innen des Lehrgangs erfahrbar werden. Nach jedem Themenblock folgt eine kurze Reflexion.</p>				

## Fortbildungen – Hessen

Hüfte und Co.				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F27	06.-07.05.21 Frankfurt	21.03.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Anatomische Kenntnisse werden aufgefrischt und spezifische Krankheitsbilder des Hüftgelenkes besprochen. In der Praxis stehen spezifische Übungen zur Funktionsverbesserung des Hüftgelenkes aus den Bereichen Mobilisation, Stabilisation, Beweglichkeit, Kräftigung und Koordination im Vordergrund.</p>				

Sport und Bewegung bei Adipositas				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F28	07.05.21 Fulda	04.04.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Neurodegenerative Erkrankungen funktional				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F29	08.-09.05.21 Wetzlar	21.02.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ausgehend von den Funktionen der einzelnen Hirnareale werden wir betrachten, inwieweit Ausfälle bestimmter Hirnareale motorische und geistige Funktionen beeinflussen. Demenz, Morbus Parkinson, Multiple Sklerose ebenso wie die Folgen von Schlaganfällen stellen hierfür Orientierungspunkte dar. Möglichkeiten für Sporteinheiten im Speziellen Warm-Ups und Cool-Downs werden diskutiert sowie ihre Einsetzbarkeit betrachtet.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bitte sportliche Kleidung mitbringen.</p>				

Ausdauer in kleinen Räumen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F30	22.05.21 Pohlheim	18.04.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ausdauertraining kann viel Spaß machen und wir können unsere Teilnehmer*innen schnell und, ohne dass sie es bewusst bemerken in den Bereich des Ausdauertrainings bringen. Oft haftet dem Ausdauertraining der Gedanke sehr anstrengend zu sein an. In dieser Fortbildung gehen wir auf die Grundlagen ein und werden mit Spiel und Spaß Möglichkeiten kennenlernen für unsere Übungsstunden.</p>				

Ausdauertraining und Spielformen im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F31	10.-11.06.21 Frankfurt	25.04.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In der Theorie werden wir uns dem breiten Thema der Ausdauer widmen. In der Praxis geht es darum, die Inhalte auf spielerische und freudige Art für Herzsportgruppen mit unterschiedlicher Belastbarkeit umzusetzen.</p>				

Einfluss von inneren Organen im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F32	19.-20.07.21 Frankfurt	06.06.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p>				

# Fortbildungen – Hessen

Atmung und Entspannung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F33	29.07.21 Frankfurt	13.06.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine Verbesserung der Atem- und der Entspannungsfähigkeit regulieren sowohl den Spannungszustand der Muskulatur als auch die Regeneration des Herz-Kreislauf-System. Wir beschäftigen uns mit Selbsterfahrungen und in Theorie und Praxis mit erprobten Techniken, die in Rehasportgruppen anwendbar sind.</p>				

Achtsam und gesund durchs Leben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F34	21.-22.08.21 Wetzlar	06.06.21	16	HBRS 140,- / DBS 190,- / Sonstige 260,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. Bewegungsangebote im Outdoor und Hallenbereich werden vorgestellt.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Fortbildung hat Seminarcharakter</p>				

Bewegung und Mobilität für Rollstuhlfahrer*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F35	04.09.21 Erbach/Odw.	01.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Basiswissen zu Rollstühlen in Theorie und Selbsterfahrung im Sport. Es werden auch Themen wie Organisation, Logistik, Trainingsabläufe (dazu gehören neben der Methodik und dem Einsatz div. Mittel auch die Regeneration und Pflege), Gewinnung von Interessent*innen sowie die in Frage kommenden Diagnosen (grober Überblick) praxisnah erörtert.</p>				

Rehasport bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit (pAVK)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F36	11.09.21 Ober-Beerbach	08.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein strukturiertes Gehtraining besitzt bei pAVK im Stadium II eine sehr hohe Evidenz für die Verbesserung von Leistungsfähigkeit und Lebensqualität der Betroffenen. Studien deuten darauf hin, dass auch das Training von Kraft, Beweglichkeit und Koordination im richtigen Verhältnis von hohem Nutzen sein kann. Dieser Lehrgang soll zum Aufbau von pAVK-Gruppen ermuntern, sowie Verunsicherungen mit Teilnehmer*innen, die an pAVK erkrankt sind, zu vermindern.</p>				

Qigong, Schulterschmerzen lösen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F37	11.09.21 Lautertal	08.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Aus der Sicht der traditionellen chinesischen Medizin werden Ursachen von Schulterschmerzen und deren evtl. Möglichkeiten zur Lösung, sowie Übungen unter Berücksichtigung der individuellen persönlichen Gegebenheiten der Teilnehmer*innen in Rehasportgruppen, aufgezeigt.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Mitzubringen von jeder*jedem Teilnehmer*in: 1 Handtuch (50x100cm), 1 Decke, 1 kleines Kissen als Unterlage für den Kopf sowie bequeme Kleidung und dicke Socken</p>				

Füße – unser Fundament				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F38	11.09.21 Lollar	08.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Unsere Füße sind das Fundament unseres Körpers. Sie tragen uns durchs Leben. Im Laufe eines Lebens müssen Füße so einiges (er)tragen: wir laufen im Durchschnitt etwa 180.000 Kilometer weit, das ist 4-mal um den Äquator. Viele Rückenprobleme finden den Ursprung im Fuß. In der Fortbildung wird eine Fußsensibilisierung und Gymnastik nach der Franklin Methode gezeigt und erarbeitet, die der Übungsleiter*in in seinen Rehabilitationssportstunden umsetzen kann.</p>				

## Fortbildungen – Hessen

Sport und Bewegung bei Arthrose				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F39	13.09.21 Fulda	15.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine der häufigsten orthopädischen Erkrankungen im deutschen Sprachraum. Was wir dagegen tun können wird mit Hilfe theoretisch therapeutischer Ansätze in die Praxis umgesetzt.</p>				

Lateinamerikanische Rhythmen im Sitzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F40	16.09.21 Fulda	15.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Gemeinsam werden wir erarbeiten welche Benefits uns eine rhythmische Herangehensweise an die Stärkung sowie die Förderung der Beweglichkeit der Rumpfmuskulatur im Sitzen liefert. Ziel ist es einen Ideenpool zu erstellen, der sich in unterschiedliche Sportgruppen integrieren lässt.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bitte sportliche Kleidung mitbringen.</p>				

Feel your own body				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F41	25.09.21 Bad Vilbel	22.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Den Teilnehmer*innen wird die Bedeutung von Körperwahrnehmung vermittelt. Sie lernen in Theorie und Praxis die Anwendung für Koordinations-, Kraft-, Beweglichkeits- und Entspannungsübungen kennen.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Referent ist Rollstuhlfahrer</p>				

DSA MmB, DSA MmB im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F42	22.10.21 Fulda	19.09.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziel ist es, medizinische 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>				

Inklusive Kidsangebote und Gründung einer inklusiven Kinder- und Jugendsportgruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F43	25.09.21 Bad Vilbel	22.08.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein Mix aus praxisorientierten Theorieteilern und Selbsterfahrung soll eine Orientierung geben, Regeln, Spiele und Bewegungsfolgen der Situation und den Kindern bzw. Jugendlichen entsprechend zu adaptieren. Der pädagogische Ansatz jeden Einzelnen zu ‚fördern und fordern‘, um mit Spaß und Erfolg zu agieren, soll für die Teilnehmer*innen des Lehrgangs erfahrbar werden.</p>				

Atmung leicht gemacht				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H- 21F44	28.10.21 Fulda	26.09.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein- und ausatmen. Nicht so schwer. Allerdings auch nur für uns als Geübte Menschen. Wie die Atmung beigebracht werden kann und worauf es tatsächlich ankommt, wird in dieser Fortbildung erarbeitet und erfahren.</p>				

# Fortbildungen – Hessen

Von Faszien und Yoga – ist doch dasselbe, oder?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F45	30.10.21 Groß-Gerau	26.09.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was haben Faszien eigentlich mit Yoga zu tun oder Yoga mit Faszien? Faszien Yoga liest man immer öfter, was die beiden miteinander zu tun haben, werden wir in der Fortbildung lernen.</p>				

FoBi-Convention				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F46	30.10.21 Frankfurt	12.09.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Ziele sind äußerst vielfältig. Mit diesem Workshop-basierten Tag möchten wir informative und innovative Themen präsentieren. Ob es um praxisbezogene Inhalte, wie die Umsetzung von Trainingsmethoden im Rehasport, oder aber Neuigkeiten aus der Medizin zu unterschiedlichen Erkrankungen geht, Sie werden ein breites Spektrum an interessanten Inhalten bekommen.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Es werden an diesem Tag in verschiedenen Räumlichkeiten sowohl praxis- als auch theoriebezogene Workshops angeboten. Diese erstrecken sich jeweils über ca. 2 LE, sodass Sie in der Lage sind, mehrere Workshops mit interessanten Themen zu besuchen.</p>				

Refresher Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F47	06.11.21 Ober-Beerbach	03.10.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Rehasport kann bei neurologischen Erkrankungen einen großen Beitrag zur Verbesserung der Alltagsfähigkeiten und der Lebensqualität leisten.</p> <p>Nach einer allgemeinen Einführung in die Thematik werden praktische Beispiele für die Krankheitsbilder Parkinson, Demenz, Multiple Sklerose, Schlaganfall, Polyneuropathie, Schwindel und multipler Sklerose vorgestellt. Ein weiterer Schwerpunkt ist der Umgang mit den meist sehr heterogenen neurologischen Gruppen.</p>				

Core Training – Was ist denn das?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F48	06.11.21 Idstein	03.10.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was ist der Core, was umfasst er und für was benötigen wir ihn? Core ist vielen eine Begriff, aber wie er definiert wird, eher nicht. Ein effektives Core Training wirkt vielen Alltagshaltungsfehlern vor und schützt uns vor diversen Problemen im Rumpfbereich und schützt uns vor Schmerzen, die wir einfach in den Griff bekommen können.</p>				

Ernährung bei verschiedenen Krankheitsbildern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F49	15.11.21 Fulda	17.10.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Welche Ernährung passt wozu? Welches Ziel verfolge ich? Und tut mir das gut, einfach auf Lebensmittel zu verzichten, „weil man das so sagt“? In diesem komplexen Themenfeld sollen Bezüge von Ernährung zu Krankheitsbildern verschiedener Arten hergestellt werden.</p>				

Faszien-Fitness				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
H-21F50	20.11.21 Bad Soden-Salmünster	17.10.21	8	HBRS 60,- / DBS 85,- / Sonstige 120,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Falls vorhanden, eigene Faszien Rolle mitbringen. Kein Muss!!</p>				

# 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](#)

Datenschutz im Sportverein				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-05-2021	29.02.20 Rostock	XX	8	VBRS 35,- / Sonstige 60,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Allgemeine Informationen für den Sportverein im organisierten Sport</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlagen der Datenschutzgrundverordnung EU</li> <li>- Umgang mit Wettbewerbsergebnissen/Veröffentlichung</li> <li>- Handling der Daten/Bilder im täglichen Gebrauch</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Tagesveranstaltung</p>				
Bewegung, Spiel und Sport für Kinder mit chronischen Beeinträchtigungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-06-2021	23.-24.04.21 Rostock	13.03.21	15	VBRS 75,- / Sonstige 90,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Entwicklungspsychologie und Krankheitserleben. Medizinische Aspekte – Schwerpunkt adipöse Kinder. Zielgruppenspezifische Besonderheiten in Methodik und Didaktik. Sportpraxis.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Aufbau von Kindergruppen</p>				
Gezieltes Training mit neurologisch Betroffenen in Rehasportgruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-07-2021	18.-19.09.21 Schwerin/ Hagenow	01.09.21	15	VBRS 75,- / Sonstige 90,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Fortbildungsreihe</p>				
Innere Medizin – Schwerpunkt Herzerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-08-2021	24.-25.09.21 Rostock	23.08.21	15	offen
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Fortbildungsveranstaltung des LVPR M-V e.V. zu verschiedenen Themen des Herzsportes. Gilt als Verlängerung der Übungsleiterlizenz Herzsport/Innere Medizin.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Anmeldung nur über den LVPR M-V e.V.</p>				

## Fortbildungen – Hessen

Spüre deinen Körper- Verbesserung der Eigenwahrnehmung durch Spiralmuskeltraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-09-2021	27.-28.11.21 offen	01.11.21	15	VBRS 75,- / Sonstige 90,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vertiefende Inhalte aus dem Bereich „Sport in der Krebsnachsorge“ in Theorie und Praxis. Körperliche Aktivitäten in der Natur die in der Bewegungstherapie von Gruppen geeignet sind.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Fortbildungsreihe</p>				

Tänzerische Elemente und Rhythmus im Gruppengesundheitssport – Bewegungstag				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
MVP-10-2021	19.06.21 Schwerin	04.06.21	8	VBRS 35,- / Sonstige 60,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bunter Bewegungstag mit rhythmischen und tänzerischen Bewegungsangeboten, im Rahmen des „Sportfestes der Vielfalt“ in Schwerin, für die Erweiterung der Übungsangebote der Übungsleiter*innen in ihren Rehabilitationssportgruppen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Veranstaltung findet im Rahmen des „Sportfestes der Vielfalt“ statt.</p>				



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: [will@bsn-ev.de](mailto:will@bsn-ev.de)  
Internet: [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)  
**AGB/Teilnahmebedingungen**  
**Anmeldung**

Innere Medizin: Spiele in heterogenen Gruppen für kleine und große Flächen für den Herz- und Alterssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.200	27.-29.08.21 Hannover	16.07.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
NDS-21.201	20.-22.08.21 Sögel	09.07.21	15	
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Spiele sind immer willkommen, aber sie sollen ein überschaubares Regelwerk haben und ohne große Vorbereitungen gestartet werden können. Dazu müssen sie leicht anzupassen sein an Gruppengröße, Belastbarkeit und vorhandenen Platz. 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>Leitung:</b> Beate Kamp</p>				

Innere Medizin: Mehr als nur Sitzen – Herz- und Alterssport mit Hocker und Pezziball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.202	19.-21.11.21 Sögel	08.10.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Private 320,-
NDS-21.203	07.-08.08.21 Hannover	25.06.21	15	
<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.</p> <p><b>Leitung:</b> Beate Kamp</p>				

Innere Medizin: Zirkeltraining und Spielformen für alle Belastungsstufen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.204	04.09.21 Oldenburg	23.07.21	15	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Private 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Längst haben sich Zirkeltraining und Spielformen als gute Alternativen zum klassischen Ausdauertraining für Herz-Kreislaufpatienten etabliert. Wie umfangreich, vielseitig und für jede Belastungsstufe einsetzbar sie sein können und welche Vorteile und ggf. aber auch Nachteile sie haben können, soll in der Fortbildung theoretisch hinterfragt und praktisch erprobt werden.</p> <p><b>Leitung:</b> Katharina Grünefeld</p>				

Innere Medizin: Begleiterkrankung in Herzgruppen: Diabetes mellitus				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.205	23.-24.01.21 Bad Fallingb.otel	15.12.20	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Private 320,-
<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 Koordinations- training, Übungen zur Körperwahrnehmung, Variationen zum Ausdauertraining, Reanimationstraining.</p> <p><b>Leitung:</b> Leo Matheis</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Krebssport für Frauen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.206	12.06.21 Wildeshausen	30.04.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diese Fortbildung bezieht sich ausschließlich auf das Thema: „Rehabilitationssport nach Mamma-CA“, wo in Kombination aus Theorie und Praxis diverse, komplexe Stundenbilder besprochen – und gezielte Übungen ausgeführt werden, um die betroffenen Teilnehmerinnen zu unterstützen, physische als auch psychische Defizite abzubauen. Die Lehreinheiten finden in der Halle als auch im Freien statt. Bitte entsprechende Kleidung mitbringen!</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders, Waltraut Kannwischer</p>				

Krebssport für Männer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.207	13.02.21 Wildeshausen	01.01.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diese Fortbildung bezieht sich ausschließlich auf das Thema: Rehabilitationssport nach Prostata-CA, wo in Kombination aus Theorie und Praxis diverse, komplexe Stundenbilder besprochen – und gezielte Übungen ausgeführt werden, um die betroffenen Teilnehmer*innen zu unterstützen, physische als auch psychische Defizite abzubauen.</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders/Waltraut Kannwischer</p>				

Entspannung in Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.208	08.05.21 Wildeshausen	26.03.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Erlernen einer Kombination aus PMR-Achtsamkeits- und Wahrnehmungsschulung, sowie verschiedene Entspannungstechniken aus unterschiedlichen Kulturen, bewirken, dass der Körper physisch wie psychisch wieder im Einklang gebracht und Stress auslösenden Faktoren, sowie muskulären Verspannungen und Bewegungsdefiziten besser entgegen wirken kann. Bitte lockere Kleidung, ein längliches Handtuch (Duschtuch etc.) und Socken mitbringen!</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders, Waltraut Kannwischer</p>				

Aquafitness für starke Frauen (Adipositas, Lip-Ödem)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.209	13.03.21 Wildeshausen	29.01.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein buntes Programm aus: Ausdauer, Kräftigung, Dehnung und Koordination im Wasser ist Anstrengung ein Vergnügen und Gelenkschonend! Die gezielt ausgesuchten Übungen bewirken, dass die allgemeine Fitness gesteigert und der Stoffwechsel ordentlich angekurbelt wird. Das Element Wasser erzeugt ein körperliches wie seelisches Wohlbefinden und hat zudem einen hohen Gesundheitswert.</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders, Waltraut Kannwischer</p>				

Die kleine Nackenschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.210	06.11.21 Wildeshausen	24.09.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Teil unserer Wirbelsäule – der HWS – anhand gezielter Übungen von Stabilität, Haltung und ökonomischer Bewegungsmuster ein komplettes Stundenbild erstellt, das Teilnehmer*innen eine gesunde, stabile und vor allem schmerzfreie Haltung vermittelt.</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders, Waltraut Kannwischer</p>				

NDS

## Fortbildungen – Niedersachsen

Kraft aus der Mitte – und die Verbindung zu Händen und Füßen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.211	20.11.21 Wildeshausen	08.10.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Kraft aus der Mitte optimiert das Zusammenspiel zwischen Rumpf und Extremitäten. Innerhalb der Fortbildung werden u. a. Elemente aus dem Qigong, aus dem Fingeryoga (Mudras für Gesundheit, Vitalität und innere Ruhe), Gangschulung, Spiraldynamik sowie funktionelle Hand- und Fußgymnastik vorgestellt. Bitte lockere Kleidung und Socken mitbringen.</p> <p><b>Leitung:</b> Heike Jansen-Reinders, Waltraut Kannwischer</p>				

Tanz als Mittel zur gruppenorientierten Projektarbeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.212	10.04.21 Melle	26.02.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die zahlreichen Möglichkeiten tänzerischer Bewegung kann einer Gruppe gemeinsame und individuelle Erfahrungen bieten. Diese können zielorientiert, z. B. für Auftritte an Festen u. ä., oder zur Entwicklung eines Gruppenprozesses sein. Vorgestellt werden Übungen und kleine Choreografien zum Thema.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Tanz für Menschen mit psychischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.213	13.11.21 Melle	01.10.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bewegung, Musik und Begegnung im Miteinander zu erleben sind grundsätzliche Aufgaben im Rehasport mit psychisch Erkrankten. Die Erweiterung des Bewegungsrepertoires sowie das Erleben von Struktur und Verbindung, ermöglicht persönliche und soziale Kompetenzentwicklung. Vorgestellt werden gebundene und offene Formen tänzerischer Methoden.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Entspannung in Bewegung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.214	29.-31.10.21 Hannover	17.09.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Viele Methoden der Entspannung, z. B. Progressive Muskelentspannung, Yoga, Qigong und Feldenkrais bieten eine reichliche Auswahl an Übungen, die dem Bedürfnis nach Leichtigkeit und Ruhe und gleichzeitiger Bewegung entsprechen. Diese Vielfalt können wir nutzen für verschiedene Phasen der Stundengestaltung im Rehasport. Im Vordergrund steht das Erleben und reflektieren von isolierten und veränderten Bewegungsübungen dieses Spektrums.</p> <p><b>Leitung:</b> Angelika Kleine-Kalmer</p>				

Bewegungszentrum Becken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.215	19.06.21 Emstek	08.05.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Becken verbindet den Oberkörper mit den unteren Extremitäten und koordiniert deren Bewegungen. Es spielt somit eine zentrale Rolle in der Vielfalt und Qualität von Bewegung des Körpers. Mit Hilfe der Franklin-Methode®/DNI™ werden Gelenkrhythmen, muskuläre Verbindungen und fasziale Verstreubungen erarbeitet und verkörpert.</p> <p><b>Leitung:</b> Ute Sieverding</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Die Bewegungsachse und ihre Auswirkungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.216	30.01.21 Bispingen	01.01.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Leitung:</b> Vanessa Meyer</p>				

Die Armschlaufen und der Schultergürtel				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.217	27.03.21 Bispingen	12.02.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Zusammenhang des Schultergürtels und der Arme. Wie hängen sie miteinander zusammen? Wo entstehen Probleme/Schmerzen z. B. beim Abstützen oder Tragen? Übungen zur Verbesserung der Stütz- und Haltekraft in den Armen z. B. nach Verletzungen, Sturz, Stilllegungen (Gips) oder im Training allgemein (Handgelenkproblematik, Ellenbogenüberlastung etc.)</p> <p><b>Leitung:</b> Vanessa Meyer</p>				

Erkrankungen der Hüfte und das richtige Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.218	27.02.21 Bispingen	15.01.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es werden die Erkrankungen des Hüftgelenkes in Anatomie und Bewegungslehre besprochen. Welche Übung ist sinnvoll bei welcher Schultererkrankung und warum. Wie kann ich diese Übungen in den Rehabilitationssport integrieren mit verschiedenen Kleingeräten.</p> <p><b>Leitung:</b> Vanessa Meyer, Julia Eggers</p>				

Ausdauertraining im Wasser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.219	11.09.21 Bispingen	30.07.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In der Theorie beschäftigen wir uns mit den Grundlagen des Ausdauertrainings und dessen Formen. In der Praxis werden viele verschiedene Stunden zum Thema Ausdauertraining im Wasser im Rehabilitationssport mit verschiedenen Materialien durchgeführt. Flach- und Tiefwasser.</p> <p><b>Leitung:</b> Vanessa Meyer, Julia Eggers</p>				

Wasser – nicht nur zum Duschen und Trinken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.220	25.-27.06.21 Nordhorn	09.04.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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, so wie Übungen im Flach- und Tiefwasser.</p> <p><b>Leitung:</b> Vera Borggreve</p>				

NDS

# Fortbildungen – Niedersachsen

Core Training: Der bewegte Rücken – Stabilität und Mobilität				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.221	17.-19.12.21 Hannover	05.11.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Leitung:</b> Maren Klostermann</p>				

Faszientraining im Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.222	13.-14.03.21 Hannover	29.01.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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!</p> <p><b>Referentin:</b> Kristin Adler</p>				

Core-Training und segmentale Stabilisation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.223	13.11.21 Hameln	01.10.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Unser Rumpf ist Ausgangspunkt für eine optimale Kraftübertragung der Muskelketten und damit für Mobilität und Stabilität verantwortlich. Der „Core“-Bereich zwischen Zwerchfell und Hüfte umfasst dabei die gerade und schräge Bauchmuskulatur, untere Rückenmuskulatur, Beckenboden-muskulatur sowie die hüftbeugende und -streckende Muskulatur. In der Fortbildung werden viele Übungen mit unterschiedlichen Kleingeräten angeleitet, um die Muskulatur der Körpermitte optimal anzusprechen.</p> <p><b>Leitung:</b> Paul Riewesell</p>				

Sportverletzungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.224	20.03.21 Wennigsen	05.02.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<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-21.225	18.09.21 Wennigsen	06.08.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<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>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Faszien Flow Dance				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.226	19.-21.03.21 Hannover	15.02.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Leitung:</b> Elisabeth-Weißbach-Ruf</p>				

Energy Dance Pur				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.227	27.-28.11.21 Hannover	15.10.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Leitung:</b> Elisabeth-Weißbach-Ruf</p>				

Feldenkrais und der menschliche Gang				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.228	25.-27.06.21 Sögel	14.05.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praktische Feldenkrais-Lektionen zum Thema "Haltung, Gehen" in verschiedenen Positionen zur Schwerkraft; Theorie: anatomische Grundlagen; welche Fähigkeiten braucht der Mensch, um ökonomisch gehen zu können.</p> <p><b>Leitung:</b> Cora Wulf</p>				

Fit durch's Wasser: Unterrichtsgestaltung und Zirkeltraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.229	20.03.21 Wunstorf	05.02.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<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 und Praxis auch für Neulinge im Wasser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.230	13.11.21 Wunstorf	01.10.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<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>				

Aquafitness – Entspannung – Klangschaalen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.231	17.-19.09.21 Bad Gandersheim	06.08.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Trainieren der Beanspruchungsformen, Wirkungen im Wasser, Programmerstellung, Einsatz von Musik, Klangschaalen.</p> <p><b>Leitung:</b> Guiseppina Tricarico</p>				

NDS

## Fortbildungen – Niedersachsen

Ein- und Ausstiegshilfen, Retten, Abschleppen, Rettungsgriffe, Wiederbelebung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.232	21.-23.05.21 Bad Gandersheim	09.04.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ein- und Ausstiegshilfen, Retten, Abschleppen, Rettungsgriffe, Wiederbelebung.  <b>Leitung:</b> Guiseppina Tricarico</p>				

Tao Yin und Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.233	29.-31.01.21 Hannover	01.01.20	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.  <b>Leitung:</b> Mirja Broecker</p>				

Gesund und schmerzfrei – ausgewählte Übungen für Schulter und Nacken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.234	19.-21.03.21 Emden	05.02.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Viele Menschen leiden unter Schulter- und Nackenschmerzen. Die angebotenen Schulter-Nacken-Übungen vereinen „die Schätze“ des uralten, östlichen Wissens mit modernen Trainingsgeräten. Lerne den Jacaranda kennen, ein Gymnastikball mit rollenden Edelmetallkugeln im Inneren. Dieser Ball fordert gleichzeitig mehrere Sinne und stellt eine Herausforderung für deine Schulterstabilisatoren dar. Und genieße wirkungsvolle Schulter-Nackens-Qigong-Übungen, Massage, Klopfungen und Akupressur, die deinen Schultergürtel harmonisieren und entspannen.  <b>Leitung:</b> Birgit Gross-Meinert</p>				

Stressresilienz – die psychische Widerstandskraft stärken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.235	08.-10.10.21 Emden	27.08.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Den täglichen Belastungen, der Arbeitsverdichtung und den Herausforderungen des Lebens gelassener und souveräner begegnen. Der meditative Aspekt im Qigong kultiviert innere Ruhe und Ausgeglichenheit und fördert so die Stressresistenz und Belastbarkeit. Stressresilienz erfordert bestimmte Fähigkeiten, Qigong ist ein praxiserprobter Weg zu mehr innerer Ruhe, Gelassenheit und Wohlbefinden. Schenke dir Zeit, um am eigenen Körper diese effektive Art der Gesundheitspflege zu erleben. Die Übungen lassen sich individuell an jedes Alter und unterschiedliche körperliche Fähigkeiten anpassen.  <b>Leitung:</b> Birgit Gross-Meinert</p>				

Gesunder Rücken – Bewegter Rücken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.236	03.-05.12.21 Emden	22.10.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Freue dich auf dieses Gesundheits- und Bewegungsprogramm für den gesunden Rücken und lasse aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse in dein Rückentraining einfließen. Schaffe eine ganzheitliche Sicht auf das Thema Rückenschmerzen. Die Anatomie gibt klare Vorgaben zum funktionellen Gebrauch der Wirbelsäule, integriere dieses Wissen und gehe gezielt auf die vielfältigen Strukturen und Vernetzungen durch ein „Ganzheitliches Rückentraining“ ein.  <b>Leitung:</b> Birgit Gross-Meinert</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Sport und Gehirn				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.237	09.-11.04.21 Hannover	26.02.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<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>				

Duft-Qigong				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.238	03.-05.09.21 Hannover	23.07.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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!</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

Tibetische Übungen und 8 Brokate				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.239	16.-18.04.21 Sögel	05.03.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.)</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

Der Stoffwechsel und unser Wohlbefinden				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.240	07.-09.05.21 Hannover	26.03.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Stoffwechselerkrankungen können den Fettstoffwechsel, den Kohlenhydratstoffwechsel, den Eiweißstoffwechsel oder den Mineralstoffwechsel betreffen. Funktionale Störungen führen z. B. zu Übergewicht, Diabetes, Osteoporose und so Vieles mehr. Bewegungs- und Entspannungsverhalten haben einen großen Einfluss auf dieses Geschehen und bieten Möglichkeiten, mit gezieltem Einsatz mildernd und unterstützend einzuwirken. (Mit Outdoor-Einheit.)</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

TAO workout				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.241	29.-31.10.21 Sögel	17.09.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<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. In Kombination von aufbauenden, stabilisierenden Übungen mit Bewegungen aus dem Tai Chi und Qigong entwickeln wir Kraft und Durchsetzungsfähigkeit bei gleichzeitig vollkommener Geschmeidigkeit und Elastizität – so fließen wir mit Qi-Power durch die Welt, anstatt durch das Leben stolpern. (Mit Outdoor-Einheit.)</p> <p><b>Leitung:</b> Tanja Feyer</p>				

NDS

# Fortbildungen – Niedersachsen

Fit durch Bewusstheit im 3-Punkt-System				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.242	09.10.21 Wolfenbüttel	27.08.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Jede Bewegung des Menschen wird über das Gehirn gesteuert. Um die damit festgelegte Koordination einzelner Bewegungseinheiten zu verbessern, werden bewusst drei Körperteile (Punkte) in ihrem Zusammenspiel wahrgenommen. Hierbei wird das Verständnis für entlastende Beweglichkeit gefördert, Muskelverspannungen und falsche Gelenkbelastung vermindert.</p> <p><b>Leitung:</b> Kerstin Meyer-Andrischock</p>				

Zum Umgang mit der Angst von Gruppenteilnehmern und mit deren Reaktionen auf den Tod eines*einer Teilnehmer*in				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.243	20.11.21	08.10.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diverse Ängste sind für viele chronisch Kranke ein wichtiges Motiv, an Übungsgruppen teilzunehmen, z. B. Angst vor Verschlechterung, vor neuen Schmerzen, vor der Zukunft. Ein erstes Ziel des Seminars soll daher sein, gemeinsam zu erarbeiten, ob es überhaupt die Aufgabe von Übungsleiter*innen sein kann, sich um solche Ängste sich zu „kümmern“ und wie man das bewerkstelligen kann. Ein besonderes Ereignis stellt in diesem Zusammenhang sicherlich der Tod eines*einer Teilnehmer*in dar; dann kommen für die anderen Teilnehmer*innen häufig genau die Ängste wieder hoch. In diesem Seminar sollen im Kontext eigener Erfahrungen und von Fallbeispielen gemeinsam Möglichkeiten und Grenzen für den*die Übungsleiter*in aufgezeigt werden.</p> <p><b>Leitung:</b> Dr. Gerd Ziegeler</p>				

Sport zur Förderung der Resilienz				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.244	26.-28.02.21 Sögel	15.01.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<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 stärke ich meine persönliche Resilienz. Wie stärke 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-21.245	29.-31.10.21 Sögel	17.09.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch sportliche Tätigkeiten bei Menschen mit einer Demenz werden die betroffene Hirnarealen 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>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

Neurologie: Bewegung bei neurologischen Krankheitsbildern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.246	03.-05.09.21 Hannover	23.07.21	15	BSN 85,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 160,- / Privat 320,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Schlaganfall, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson... das sind wohl die am häufigsten vorkommenden neurologischen Erkrankungen. Allein die möglichen Symptome dieser drei Erkrankungsarten sind oft schon so vielfältig, dass ein gemeinsames Sportangebot die Übungsleiter*innen vor große Herausforderungen stellt. Durch Differenzierung, verschiedene Herangehensweisen und den genauen Blick auf mögliche Symptome wollen wir diese Herausforderung in Angriff nehmen, mit dem Ziel, den verschiedensten Teilnehmer*innen gerecht werden zu können.</p> <p><b>Leitung:</b> Svenja Kredtke</p>				
Befreit und ausbalanciert im ISG nach der Franklin Methode®				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.247	17.04.21 Wolfenbüttel	04.03.21	8	BSN 40,- / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 75,- / Privat 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das ISG (Iliosakralgelenk) ist elementar für eine gesunde Haltung. Wenn wir gehen, federt es Stöße ab, es speichert Energie für effizientes Bewegen. Ungleichgewichte in beiden Gelenken sind eine häufige Ursache für Rückenbeschwerden. In diesem Lehrgang gehen wir der Struktur und Funktion des ISG auf den Grund. Durch den gezielten Einsatz von Imagination und Bewegung nach der Franklin Methode® profitiert der ganze Körper.</p> <p><b>Leitung:</b> Luisa Merkel</p>				
Ausbildung von Sportabzeichenprüfer*innen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NDS-21.300	10.04.21 Hannover	26.02.21	8	keine
NDS-21.301	13.11.21 Hannover	01.10.21	8	keine
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Grundlagen der Prüfung des Deutschen Sportabzeichens für Menschen mit Behinderung, Informationen über Behinderungsklassen, Zusammenarbeit mit dem Arzt, Handhabung der Behinderungen, leichtathletische Disziplinen, Formalitäten, Praxiseinheit</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen, Besitz der Sportabzeichen-Prüfberechtigung, Interessierte</p> <p><b>Voraussetzung:</b> Prüfberechtigung für Menschen ohne Behinderung</p> <p><b>Leitung:</b> Peter Lenz</p>				

# Fortbildungen – Niedersachsen

## Fortbildungen in den Sportbünden

Auch im Jahr 2021 werden die erfolgreichen Fortbildungsangebote mit Sportbünden fortgesetzt. In nachstehenden Regionen finden Veranstaltungen statt.

### **SSB Osnabrück:**

Heiko Brüning, Am Limberg 1 (Gebäude 19), 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541/9825912, E-Mail: [heiko.bruening@ssb-osnabrueck.de](mailto:heiko.bruening@ssb-osnabrueck.de)

### **Sportregion Lüneburg:**

Anke Frommann, Neuetorstr. 3, 21339 Lüneburg,  
Tel.: 04131/757359-12, E-Mail: [afro@kreissportbund-lueneburg.de](mailto:afro@kreissportbund-lueneburg.de)

### **Sportregion Ostfriesland:**

Tomke Schulte, Stikelkamper Str. 33, 26835 Hesel, Tel.: 04950/990893, E-Mail: [tomke.schulte@ksb-leer.de](mailto:tomke.schulte@ksb-leer.de)

### **Sportregion Elbe Weser:**

Michael Vathke, Leher Landstr. 22b, 27607 Geestland  
Tel.: 04743-344933-2, E-Mail: [michael.vathke@ksb-cuxhaven.de](mailto:michael.vathke@ksb-cuxhaven.de)

### **Sportregion KSB Friesland, SSB Wilhelmshaven, KSB Wittmund**

Daniela Liessmann – Sportreferentin – Handlungsfelder Bildung und Sportjugend  
Schulstr. 7, 26441 Jever

Tel.: 04461-918385, Fax 04461-918386, E-Mail: [sportreferentin-liessmann@ksb-friesland.de](mailto:sportreferentin-liessmann@ksb-friesland.de)

### **KSB Osterholz-Scharmbeck:**

Geschäftsstelle, Bahnhofstr. 97 a, 27711 Osterholz-Scharmbeck  
Tel.: 04791-5045, Fax 04791-502102, E-Mail: [tschanz@ksb-osterholz.de](mailto:tschanz@ksb-osterholz.de)

### **KSB Uelzen:**

Nicole Bloch, Ilmenauufer 47, 29525 Uelzen, Tel.: 0581-5311, E-Mail: [n.bloch@ksb-uelzen.de](mailto:n.bloch@ksb-uelzen.de)

***Bewegung nach Musik in inklusiven Gruppen, 07.11.2021 in Uelzen, Ina Pape***

### **Sportregion Hildesheim – Peine – Salzgitter:**

Ralf Klemm, Am Markt 2, 31224 Peine, Tel.: 05171-2979202, E-Mail: [rklemm@ksb-peine.de](mailto:rklemm@ksb-peine.de)

**ANMELDUNGEN GRUNDSÄTZLICH NUR ÜBER DEN/DIE KSB/SSB/SR!!!**

**Bitte achten Sie auf die Ausschreibungen des SSB/KSB/SR**

Die Fortbildungsveranstaltungen werden vom LandesSportBund Niedersachsen e. V. auch zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz und 2. Lizenzstufe „Prävention“ anerkannt.

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen



Behinderten- und Rehabilitationssportverband  
Nordrhein-Westfalen e.V.  
Friedrich-Alfred-Allee 10  
47055 Duisburg  
Telefon: 0203-7174-155 oder -157  
Fax: 0203-7174-255 oder -257  
E-Mail: [napiwotzki@brsnw.de](mailto:napiwotzki@brsnw.de)  
[neuwald@brsnw.de](mailto:neuwald@brsnw.de)  
Internet: [www.brsnw-qualifizierung.de](http://www.brsnw-qualifizierung.de)  
AGB/Teilnahmebedingungen  
Anmeldung

## Block 30 – Orthopädie

Beckenboden in der Wirbelsäulengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218301	09.01.21 Bottrop	09.12.20	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Wirbelsäulengymnastikübungen – dies wird dann in dem Aufbaulehrgang fortgesetzt. Das Erlernen des gezielten Einsatzes des Beckenbodens bei Körperübungen ist das Fundament für das sogenannte Power House bei Pilates.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
Pilates und Faszien				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218302	10.12.21 Bottrop	10.10.20	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was sind Faszien und was bedeuten sie für unseren Körper und seine Funtionalität? Dieser Lehrgang gibt einen Einblick in die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien (Bindegewebe) und seinen Einfluss im Pilates Trainings.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				
Zirkeltraining – eine Variation für den Stundenaufbau				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218303	16.01.21 Arnsberg	16.12.20	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

So weit die FüÙe tragen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218304	02.02.21 Bottrop	02.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dieser Fortbildung stehen unsere FüÙe im Focus des Rehasports. Die FüÙe sind ein biomchanisches Meisterwerk. Sie müssen uns ein Lebenlang 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 FüÙe, FüÙe und Feldenkrais, FüÙe und Spiraldynamik, Gangbild und Fußaufsatz</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.</p>				

Gutes für den Schulterkomplex und die HWS im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218305	07.02.21 Büren	07.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die am Aufbau des Schultergelenks beteiligten Strukturen werden bei jeder Schulter-Arm-Bewegung beansprucht – und zwar tagein, tagaus, unser ganzes Leben lang – auch beim Sport. Übungen mit einer sinnvollen positiven Belastung für die Teilnehmer*innen anzubieten kann somit ein Anspruch der Übungsleiter*innen 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>				

Krafttraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218306	20.02.21 Arnsberg	20.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Funktionelles Ganzkörper Training 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 einbringen kannst.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Functional Training – IdeenbörÙe für die Übungsleitung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218307	21.02.21 Arnsberg	21.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Faszien in der Wirbelsäulengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218308	28.02.21 Arnsberg	28.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Funktionelle Gymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218309	06.03.21 Bielefeld	03.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziele: Haltungsverbesserung; Beseitigung von Muskeldysbalancen; allg. Kraftaufbau; Beweglichkeit. Methoden: Übungen aus der FG; Anpassung der Übungen &amp; Übungsfolgen an die Bedürfnisse &amp; Möglichkeiten der TN; Übungsvariationen; Schulung der Körperwahrnehmung und des subjektiven Belastungsempfindens.</p> <p><b>Inhalte:</b> Theoretische &amp; praktische Grundlagen der FG; Grundlagen der Anatomie &amp; Trainingslehre</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Ganzkörpertraining mit Jumping				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218310	14.03.21 St. Augustin	11.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Mit Jumping trainiert man nicht nur das Herz-Kreislaufsystem, sondern auch den Gleichgewichtssinn, die Koordination, Kräftigung des passiven und aktiven Bewegungsapparates, sowie die Tiefenmuskulatur von Bauch und Beinen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit mit Lust an Bewegung</p>				

Rehasport für chronisch schmerzkrank Menschen mit orthopädischer Grunderkrankung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218311	16.03.21 Duisburg	13.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 bewältigen.</p> <p>Medizinische und psychologische Aspekte der Schmerzbewältigung, spezielle Methoden zur Schmerzbewältigung, wie sanfte Gymnastik, Feldenkrais, Körperwahrnehmung und Entspannung,</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Sport mit Hochaltrigen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218312	20.03.21 Essen	17.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es Möglichkeiten aufzuzeigen Rehasport mit Hochbetagten durchzuführen und nach unterschiedlichen Leistungsniveaus zu modifizieren. Von Übungen zur Kräftigung und Beweglichkeit, Balanceübungen und kleinen Spiel- und Bewegungsformen bis zu Koordinationsaufgaben reichen die Inhalte. In den Vordergrund werden dabei Übungsformen im Sitzen oder mit moderater Bewegung gestellt. Theoretische Hintergründe zu den Themen Altern, Erhalten der ADL (Activity of daily life) und bewegtes Gehirntaining werden thematisiert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Orthopädische Wassergymnastik – Fokus: Wirbelsäule und Schulter				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218313	21.03.21 Essen	18.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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> <p><b>Besonderheiten:</b> Grundlagenlehrgang für Übungsleiter*innen ohne Erfahrung im Bereich Wassergymnastik</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Faszien Kompakt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218314	17.-18.04.21 Castrop-Rauxel	17.03.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Decke, dicke Socken, warme Kleidung mitbringen.</p>				

Spaß mit Pezziball und Theraband für Einsteiger*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218315	18.04.21 Eschweiler	18.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Gewußt wie, sind Pezziball &amp; Theraband in fast allen Gruppen mit viel Spaß &amp; Freude ganzheitlich einsetzbar (z. B. um mit einfachen und ungewöhnlichen Abwandlungen den Pezziballalltag neu zu gestalten oder diesen neu in die Gruppe einzuführen). Wir werden gemeinsam einige Hilfestellungen ausprobieren, mit denen selbst ängstliche Teilnehmer*innen 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> <p><b>Besonderheiten:</b> reine Praxisfortbildung – für Teilnehmer*innen mit guter Ballvorerfahrung gibt es eine extra Fortbildung in der zusätzlich schwierigere Übungen gezeigt werden.</p>				

Einsatz von Pilatestechniken in der Rehasportstunde (Einführungslehrgang)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218316	24.04.21 Arnsberg	24.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Übungsleiter*innen kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Krebsnachsorge – Sport und Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218317	24.-25.04.21 Essen	24.03.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 der biopsychosozialen Ansatzes mit Blick auf die aktive Krankheitsbewältigung der Betroffenen. Rolle der Übungsleiter*in – auch in belastenden Situationen beim Sport in der Krebsnachsorge</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Einsatz von Pilatestechniken in der Rehasportstunde (Aufbaulehrgang)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218318	25.04.21 Arnsberg	25.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vertiefung und Festigung von Pilates Kenntnissen, insbesondere des Einsatzes der Pilates Prinzipien. Darauf aufbauende weitere Übungen sowie Bewegungsabfolgen vorstellen und Erlernen. Erarbeitung eines Hausübungsprogrammes für Rehasportteilnehmer*innen mit orthopädischen Erkrankungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Schulter – Praxis (Was können wir als Übungsleiter\*in im Rehasport machen?)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218319	08.05.21 Arnsberg	07.04.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

## ISG-Syndrom – Praxis (Was können wir als Übungsleiter\*in im Rehasport machen?)

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218320	09.05.21 Arnsberg	08.04.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Rehasport bei Osteoporose

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218321	29.05.21 Detmold	28.04.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Auffrischung von medizinischen und trainingswissenschaftlichen Grundlagen. Ideenbörse für die Gestaltung einer Einheit im Rehabilitationssport Orthopädie/Osteoporose.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Ohne Verpflegung. Für Pausengetränke ist gesorgt.

## Nordic Walking – Mit Stöcken über Steine

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218322	07.06.21 Bonn	07.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Diese Fortbildungsveranstaltung weist Interessierte Übungsleiter\*innen in die Technik des Nordic Walkings (NW) ein und zeigt auf, wie NW für Personen mit Einschränkungen bzw. unterschiedlichen Indikationen eingesetzt und verändert werden muss, um positive Effekte zu erzielen und Rezidive zu vermeiden.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Wirbelsäulengymnastik – neue Ideen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218323	12.06.21 Arnsberg	12.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Spaß mit Pezziball und Theraband für Fortgeschrittene				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218324	13.06.21 Eschweiler	13.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch neue oder veränderte Übungen soll auch in Zukunft der Spaß &amp; die Freude mit Ball &amp; Band in unseren Gruppen bestehen bleiben. Gleichzeitig wollen wir die Koordination, Beweglichkeit und Kraft verbessern. Dabei können die Übungen teilweise so variiert werden, dass sowohl der*die „Neue“, als auch der*die sehr fitte Teilnehmer*in der Rehasportgruppe gefordert &amp; gefördert werden kann.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Vorerfahrung mit dem Pezzyball und ein gutes Gleichgewicht sind Voraussetzung!! (Ansonsten bitte den Kurs für Anfänger buchen). Dies ist KEIN Aufbaukurs zum Anfängerkurs!</p>				

Intervalltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218325	13.06.21 Arnsberg	13.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Methodik des Intervalltrainings verstehen, erarbeiten und erfahren. Funktionelles Muskeltraining mit den erlaubten Mitteln des Rehasportes im 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind sowohl in der Halle als auch Outdoor geeignet</p>				

Bauch & Entspannungsübungen OHNE Rückenlage				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218326	19.06.21 Arnsberg	19.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bauch und Entspannungsübungen kennen wir reichlich, aber ohne Rückenlage?? Wir stellen uns der Herausforderung und entwickeln und erarbeiten die "neue" Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Anatomiewissen und lernen Moving und Streaming zur Entspannung kennen und schätzen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Achtsam und Gesund durchs Leben				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218327	03.-04.07.21 Büren	02.06.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 und gestellten Teamaufgaben, die sich in den Gruppenstunden einzubauen lassen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bitte Sportsache für die Halle und festes Schuhwerk für das Outdoorprogramm mitbringen.</p>				

Faszien Kompakt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218328	19.-20.07.21 Bottrop	18.06.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Decke, dicke Socken, warme Kleidung mitbringen.</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Osteoporose und Arthrose – Welche Bewegungsangebote passen?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218329	24.-25.07.21 Duisburg	23.06.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Herausarbeiten der Schwerpunkte beider Krankheitsbilder – Worin bestehen Unterschiede und wie sehen Gemeinsamkeiten aus?

Aktueller Stand und neue Erkenntnisse – spezielle Bewegungsangebote für Osteoporose und Arthrose-Betroffene. Welche Herausforderungen stellt der Alltag dar? Es werden methodische Reihen zu den Themen Koordination (u. a. Sturzprophylaxe, Gangschule) als auch gezielte funktionelle Gymnastik angeboten.

Förderung der Gelenkbeweglichkeit und Bewegungssicherheit im Alltag. Gezielte Übungsprogramme zur Gestaltung der Rehasportstunde.

**Zielgruppe:** Orthopädie

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-218330	21.-22.08.21 Castrop-Rauxel	21.07.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Diese Fortbildung befasst sich mit der Bewegungseinheit Schulter/Arm/Hand. Die hohen koordinativen Anforderungen in diesem Bereich führen häufig zu Beschwerden.

Das muskuläre Gleichgewicht dieser Bewegungseinheit bildet die Grundlage für die Gelenkzentrierung

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** Decke, dicke Socken, warme Kleidung mitbringen.

Resilienz und Feldenkrais				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218331	21.-22.08.21 Arnsberg	21.07.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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 Übungsleiter\*innen und im Alltag? Feldenkrais – eine Methode bei der es um Veränderung durch bewusstes Bewegen geht. Die Methode besteht 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 ambulanten Rehasport wird erarbeitet.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** Bitte ausreichend bequeme, warme Bekleidung und Decke/Matte mitbringen.

Locker vom Hocker oder Alles, aber nur nicht Liegen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218332	22.08.21 Eschweiler	22.07.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

**Besonderheiten:** Nicht mehr Liegen zu können, heißt nicht, nicht mehr leistungsfähig zu sein ;-).

ISG-Syndrom- Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218333	28.08.21 Arnsberg	28.07.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Schulter – Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218334	29.08.21 Arnsberg	29.07.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Faszientraining – nur Grundlagen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218335	04.09.21 Arnsberg	04.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Ganzkörpertraining mit Jumping				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218336	05.09.21 St. Augustin	05.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Mit Jumping trainiert man nicht nur das Herz-Kreislaufsystem, sondern auch den Gleichgewichtssinn, die Koordination, Kräftigung des passiven und aktiven Bewegungsapparates, sowie die Tiefenmuskulatur von Bauch und Beinen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*in am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit mit Lust an Bewegung</p>				

SitzHocker – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218337	05.09.21 Bottrop	05.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<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 können kleine Tanzchoreographien entwickelt werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Faszientraining mit Osteoporose Betroffenen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218338	05.09.21 Arnsberg	05.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es geht um die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien im (Reha-)Sport mit Osteoporose Betroffenen. Die Grundprinzipien des Faszientrainings werden praxisorientiert erarbeitet und so Übungen für die Rehasportstunde erarbeitet. Wiederholung des Krankheitsbildes</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## Rehasport für chronisch schmerzkranken Menschen mit orthopädischer Grunderkrankung

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218339	07.09.21 Duisburg	07.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ziel dieser Fortbildung ist es, Bewegungs- und Spielformen aufzeigen, die chronisch schmerzkranken Menschen mit orthopädischer Grunderkrankung Erleichterung verschaffen und ihnen helfen ihr Alltagsleben besser zu bewältigen.  
Medizinische und psychologische Aspekte der Schmerzbewältigung, spezielle Methoden zur Schmerzbewältigung, wie sanfte Gymnastik, Feldenkrais, Körperwahrnehmung und Entspannung,  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer\*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.

## Pepp in der Wirbelsäulengruppe

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218340	12.09.21 Eschweiler	12.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Mit Spiel und Spaß in Bewegung bleiben. Viele (spielerische) Anregungen, um mal abseits der klassischen Übungen (wir machen kein Mattenprogramm!) die Teilnehmer\*innen zum Bewegen zu motivieren.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Die Inhalte sind geeignet für Alle, die Altes wieder auffrischen und Neues/Abgewandeltes dazu lernen möchten und dabei Spaß an spielerischen, abwechslungsreichen Übungsformen haben.

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

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218341	12.09.21 Büren	12.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Was ist funktionell? Wie kann ich funktionell intensiv trainieren. Geht das auch ohne Geräte? Welche Übungen und Materialien sind sinnvoll? Nach einem kurzen theoretischen Einstieg in das Thema Funktionell, werden wir intensive Übungen mit dem eigenen Körper unter funktionellen Gesichtspunkten durchführen. Hierbei liegt neben dem praktischen Angebot der Fokus natürlich auf der Ausführung und der Möglichkeit für Übungsleiter\*innen hier Hilfen und wertvolle Tipps zu geben.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

## Klassische Wirbelsäulengymnastik trifft Yoga

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218342	18.-19.09.21 Castrop-Rauxel	18.08.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Diese Fortbildung beschäftigt sich in Theorie und Praxis mit der Möglichkeit Wirbelsäulengymnastik mit Yogaelementen zu verbinden und den Rehasport zu bereichern. Es werden fließend-dynamische Bewegungsfolgen in Verbindung mit bewuster Atmung erarbeitet.  
**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Besonderheiten:** Decke, dicke Socken, warme Kleidung mitbringen.

## Bauch & Entspannungsübungen OHNE Rückenlage

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218343	19.09.21 Arnsberg	19.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Bauch und Entspannungsübungen kennen wir reichlich, aber ohne Rückenlage?? Wir stellen uns der Herausforderung und entwickeln und erarbeiten die "neue" Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Anatomiewissen und lernen Moving und Streaming zur Entspannung kennen und schätzen.  
**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Fuß-Becken-Wirbelsäule (Was bedeutet Spiraldynamik, Pilates und Faszien?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218344	25.09.21 Arnsberg	25.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Zusammenhänge zwischen Fuß- und Beckenstellung, der damit verbundenen Spannung im Beckenboden, der Aufrichtung der Wirbelsäule und der Be- oder 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Pilates bei Wirbelsäulenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218345	26.09.21 Arnsberg	26.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Vorstellen der Prinzipien der Pilates Methode, Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen von Pilates bei den Wirbelsäulenerkrankungen. Wiederholung der Krankheitsbilder, 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 Übungsleiter\*innen kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können.

**Zielgruppe:** Orthopädie

So weit die Füße tragen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218346	05.10.21 Duisburg	04.09.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung stehen unsere Füße im Focus des Rehasports. Die Füße sind ein biomchanisches 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

**Besonderheiten:** Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer\*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.

Stabilisation der Wirbelsäule: Reflexion der bisherigen Rückenkonzepte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218347	30.10.21 Bad Sassendorf	29.09.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Anatomie und Aufbau der Wirbelsäule, Ursache und Differenzierung von Schmerzen, biomechanische Wirkungen von speziellen Muskelgruppen auf die Wirbelsäule, ungünstige mobilisierende Übungen, warum sollten bestimmte Übungen vermieden werden? Beispiele für stabilisierende Übungen, zur Körperkontrolle und Bewegungserfahrung.

**Zielgruppe:** Orthopädie

Functional Training – Ideenbörse für die Übungsleitung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218348	06.11.21 Arnsberg	06.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

ISG-Syndrom – Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218349	07.11.21 Arnsberg	07.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				

Neuer Schwung für junge und alte "Bechtis"				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218350	14.11.21 Eschweiler	14.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hier werden Teile aus der Fußgymnastik, Spiele, Zirkeltraining, Koordinationstraining, Feldenkrais und Faszientrainingsaspekte alles passend für den Bechterewler abgewandelt, damit man auch nach Jahren mit Spaß am Rehasport teilnehmen kann.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Ggf. kommen als „Anschauungsobjekte“ Teilnehmer*innen meiner eigenen M. Bechterew-Gruppe mit zu dieser Fortbildung, die diese Gymnastik schon seit Jahren mit Spaß und Freude machen und bei den bisherigen Fortbildungen immer gern gesehene Gäste waren.</p>				

Sport in der Krebsnachsorge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218351	20.11.21 Essen	20.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Brustkrebs und Prostatakrebs sind derzeit die häufigsten Krebsneuerkrankungen in Deutschland. Diese Fortbildung vermittelt sportrelevante Besonderheiten mit Fokus Lymphödemprophylaxe nach Brustkrebs und stellt Maßnahmen zur Vorbeugung und Verhaltensempfehlungen bei Lymphödemem vor. Für den 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> <p><b>Besonderheiten:</b> Aufbaufortbildung Indikationsspezifische Inhalte. Kenntnisse aus dem Grundlehrgang Sport und Krebs werden vorausgesetzt.</p>				

Orthopädische Wassergymnastik Fokus: Erkrankungen der Hüft- und Kniegelenke				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218352	21.11.21 Essen	21.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Grundlagenkenntnisse im Bereich Wassergymnastik werden vorausgesetzt.</p>				

Faszientraining – Grundlagen und Umsetzung in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218353	27.-28.11.21 Arnsberg	27.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Erlernte wird an Übungen aus der Rehasportstunde umgesetzt, ausprobiert und erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Grazie ist gefragt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218354	04.03.21 Isselburg	04.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Neue Möglichkeiten klassischen Tanz in den Rehasport einzubinden. Mit den Mitteln des Balletttanzes die Haltung verbessern und Freude an bewegung sowie Kreativität fördern. Übungen mit und Ohne Hilfsmittel aus dem Ballett werden vermittelt. Theoretische Inhalte sind Haltungsschäden/Haltungsprobleme, Tanz und speziell die Form Ballett, Bedeutung für den Alltag.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Rehabilitationssport bei Adipositas				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218355	20.03.21 Detmold	17.02.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Aktuelles aus der Adipositasforschung. Förderung von Spaß und Freude an zielgruppenspezifischem Bewegungs- und Entspannungstraining. Erlernen individueller Belastungssteuerung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Selbsterfahrung durch Gewichtsrucksäcke und Fatsiut (Umfangserweiterung). Indoor und outdoor Schuhe mitbringen. Lehrgang ohne Verpflegung. Für Pausengetränke ist gesorgt.</p>				

Traditionelle Spiele (Faustball + Bosseln)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218356	26.06.21 Hagen	26.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 Handycap weitergegeben werden. Es fördert spielerisch die sozialen Kontakte.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für Übungsleiter*innen-C und B. Ausführbar ist es für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit und ohne Behinderung. Ideal für den Bereich Inklusion.</p>				

Eine runde Sache – Bälle vielfältig einsetzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218357	21.-22.08.21 Duisburg	21.07.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Spielerisch-kreative Übungs- und Spielformen zur Förderung konditioneller und koordinativer Aspekte der Motorischen Hauptbeanspruchungsformen; Entwicklung eines "Ideenpools" spielerisch-kreativer Übungs- und Spielformen mit Bällen aller Art (von Tennis- bis Pezziball); Freudvolle Bewegungsangebote, die gleichzeitig dem funktionellen Anspruch gerecht werden und die soziale und psychische Komponente berücksichtigen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Ausdauertraining und Koordinationsschulung bei inneren, orthopädischen und neurologischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218358	22.05.21 Düren	21.04.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinische, biomechanische, trainingswissenschaftliche und physiologische Grundlagen von Ausdauertraining und deren Umsetzung in der Rehasportstunde bei Inneren und Orthopädischen Erkrankungen. Verschiedene Formen des Ausdauertrainings als Instrument zur Bewegungsfreude, Körperwahrnehmung, Belastungs- und Trainingssteuerung erleben</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Voraussetzung: Teilnehmer*innen sollten 5 bis 6 km in mittlerem Gehtempo zurücklegen können - Schreibsachen, regenfeste Sportkleidung, da ein Großteil der Lehrgangs in der freien Natur (Rurauen in Düren-Birkesdorf) durchgeführt wird sowie Sportkleidung für die Halle</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Weich und soft – Alltagsmaterial trifft Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218359	07.11.21 Büren	07.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Herz-Kreislauf-Aktivierung, Verbesserung der Körperwahrnehmung bei funktionellen Übungen und Koordinationsübungen werden mit verschiedenen „weichen Alltagsmaterialien angeboten“. Geeignet für Rehabilitationssport mit Älteren, aber auch für neurologische Gruppen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p>				

## Block 40 – Innere Medizin

Rehasport und Motivation – vielfältige Bewegungsangebote zur Verbesserung von Koordination und Ausdauer, den Schwerpunkten im Rehasport "Innere"				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218401	28.-29.01.21 Köln	28.12.2020	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> mit interessanten und attraktiven Aufgabenstellungen zu Bewegung motivieren und Nachhaltigkeit fördern. Bewegungsmöglichkeiten sammeln, ausprobieren, modifizieren....Belastungssteuerung, Differenzierung, Organisationsformen...</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> 16 LE Donnerstag, 9.15 Uhr – Freitag, 13.00 Uhr</p>				

Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe! Basics für Rehasport-Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218402	05.02.21 Eschweiler	05.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diabetiker*innen in meiner Rehasportgruppe – worauf muss ich als Übungsleiter*in achten, welche Inhalte und Übungen sind besonders wichtig für Diabetiker*innen? Auch als Aufstockungslehrgang zum Erwerb der Lizenz Rehabilitationssport "Innere"</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

COPD – Atmungserleichterung durch lösen mechanischer Widerstände im Brustkorb				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218403	09.02.21 Duisburg	09.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieses Seminar 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> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.</p>				

Abwechslungsreicher Rehasport und Gesundheitsbildung fördern – wie können wir "edukative Ziele" in die Stunde integrieren?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218404	22.-23.04.21 Köln	22.03.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Schwerpunkt Sportpraxis und Auseinandersetzung mit der Fragestellung, welche Kenntnisse der/die Rehasportler*in bezüglich seines/ihrer gesundheitsfördernden Verhaltens erwerben sollte und wie wir diese interessant vermitteln können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> 16 LE Donnerstag, 9.15 Uhr – Freitag, 13.00 Uhr</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Rehasport bei chronisch obstruktiven Atemwegserkrankungen – COPD				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218405	30.04.-01.05.21 Eschweiler	30.03.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Basics zum Krankheitsbild, Trainingsinhalte, Körperwahrnehmung, Atemgymnastik, Belastungssteuerung, Differenzierung....</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> 16 LE Freitag, 12.00 Uhr – Samstag, 16.00 Uhr</p>				

Rehasport bei COPD				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218406	21.08.21 Essen	21.07.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

Moderates Krafttraining im Rehasport mit metabolischen Patienten – neu verpackt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218407	18.09.21 Detmold	18.08.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Auffrischung der Trainingslehre zum moderaten Krafttraining im Rehasport. Umsetzung des Trainings z. B. mit Hilfe einer Intervalltimer-App am Beispiel Adipositas. Erarbeitung individueller Trainingseinheiten für die eigenen Gruppen. Im Mittelpunkt stehen Spaß und Freude am moderaten Krafttraining.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Ohne Verpflegung. Für Pausengetränke ist gesorgt.</p>				

Rehasport bei pAVK oder Rehasport bei peripherer arterieller Durchblutungsstörung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218408	09.-10.10.21 Essen	08.09.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Medizinische Grundlagen, Methodik und Didaktik des arteriellen Gefäßtrainings; Praxistransfer in den Rehasport, insbes. individuelle Differenzierung in paVK-Gruppen und Integration von pAVK-Teilnehmer*innen in anderen internistischen Rehasportgruppen. Stundenaufbau, gefäßgymnastische Übungen, Gehschule, Testverfahren; Indikationen und Kontraindikationen; Aufbau von Gefäßsportgruppen im Rehasportverein;</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p>				

PAVK-Betroffene und Diabetiker*innen motivieren zum Rehasport – Trainingsinhalte, Belastungssteuerung, Kontraindikationen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218409	05.11.21 Eschweiler	05.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diabetes und PAVK – wie kann ich die Betroffenen zum Rehasport und zu Bewegung motivieren, worauf muss ich als Übungsleiter*in achten, welche Inhalte und Übungen sind besonders wichtig? Welche Kontraindikationen?</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

COPD – Atmungserleichterung durch lösen mechanischer Widerstände im Brustkorb				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218410	09.11.21 Duisburg	09.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, 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> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.</p>				

Heterogene Rehabilitationssportgruppen – Differenzieren und individuelles Training ermöglichen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218411	18.-19.11.21 Köln	18.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, 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....</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Besonderheiten:</b> 16 LE Donnerstag, 9.15 Uhr – Freitag, 13.00 Uhr</p>				

PAVK-Betroffene in meiner Rehasportgruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218412	26.-27.11.21 Eschweiler	26.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> PAVK-betroffene Teilnehmer*innen in meiner Rehasportgruppe – Methoden, Differenzierung, Belastungssteuerung...und Sportpraxis mit PAVK Betroffenen in der Rehasportgruppe vor Ort – auch als Aufstockungslehrgang zum Erwerb der Lizenz Rehabilitationssport "Innere Medizin"</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin, Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> 16 LE Freitag 12.00 – Sa 16.00 Uhr</p>				

## Block 60 – Neurologie

Spielerisches Zirkeltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218601	03.06.21 Lemgo	03.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Beschreibung:</b> Verbesserung der Körperhaltung, Gangbild, Konzentrationssteigerung und der Atmung. Erleichterung alltäglicher Leistung. Das mit Materialien aus dem Haushalt um Übungen mit Spaß zu wiederholen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind für alle Neurologisch Erkrankte geeignet.</p>				

Life Kinetik in der Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218602	10.-11.07.21 Büren	09.06.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 durchgehend hergestellten Alltagsbezug und mit viel Spaß.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Spielerisches Zirkeltraining im Reha Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218603	09.10.21 Lemgo	08.09.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Verbesserung der Körperhaltung, Gangbild, Konzentrationssteigerung und der Atmung. Erleichterung alltäglicher Leistung. Das mit Materialien aus dem Haushalt um Übungen mit Spaß zu wiederholen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind für alle Neurologisch Erkrankte geeignet.</p>				

## Block 70 und 80 – Geistige Behinderung und Psychiatrie

"Ballfieber – Spiele rund um den Ball."				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218701	06.-07.03.21 Köln	03.02.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Hilfe, schon wieder Fußball...denkt sich wahrscheinlich des öfteren ein/eine Übungsleiter*in zu Beginn einer Sportstunde ...Fußball und viele andere große Sportarten wie Basket- oder Volleyball, stehen durch ihre Medienpräsenz im Mittelpunkt des Interesses. Ebenso bei Menschen mit Behinderung. Die Fortbildung gibt viele praktische Tipps und Spielideen um die Spiele anbieten zu können, ohne zum Ballartisten werden zu müssen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

Kleine Spiele im Fußball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218702	08.05.21 Essen	07.04.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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.</p> <p>Inhalte: unterschiedliche Trainings- und Wettkampfspielformen: Varianten unterschiedlicher Fußball-Spielformen, einschließlich Walkingfußball und Wheelsooccer!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Behinderungsspezifische Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Die Fortbildung findet auf einem Kleinspielfeld mit Kunstrasen (40 x 20m) statt.</p>				

"Selbstbehauptung lernen" für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218703	08.-09.05.21 Köln	07.04.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Fortbildung soll Übungsleiter*innen Grundlagen vermitteln, die Menschen mit 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 ist es den Erfahrungsaustausch zu fördern und dieses Thema zu sensibilisieren.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die vermittelten Inhalte können Elemente von Kampf- und Kontaktsportarten enthalten. Die weitere Verwendung geschieht auf eigene Verantwortung der Teilnehmer*innen.</p>				

Boule für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218704	12.06.21 Essen	12.05.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Teilnehmende werden in das Boule spielen eingeführt. Neben einer Einführung durch Cross Boccia, werden die Regeln beim Boule erklärt, Techniken vorgestellt und geübt, Trainingsmöglichkeiten erklärt und durchgeführt und gemeinsam Boule gespielt. Dabei wird auf die besondere Eignung des Boule Spiels für Menschen mit einer geistigen Behinderung eingegangen!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Besonderheiten:</b> eigene Boule Kugeln können mitgebracht werden!</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Inklusive (Wettkampf-)Spiele aus aller Welt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218705	03.07.21 Essen	02.06.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dieser Fortbildung lernen wir praxisorientiert außergewöhnliche Spielformen aus aller Welt kennen, die den eigenen Übungsleiter-Ideenkoffer an kleinen und großen Spielen für den Rehabilitationssport sowie für inklusive Sportsettings erweitern. Begriffe wie Mólky, Tenniquoid, Tchoukball, Kubb &amp; Co. sind anschließend keine Fremdwörter mehr. Dabei wird stets die Bedeutung und methodische Ausgestaltung von „Wettkämpfen im Rehabilitationssport“ insbesondere im ganzheitlichen Zielkonzept des Rehabilitationssports für Menschen mit geistiger und psychischer Beeinträchtigung in den Fokus gestellt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

Stark & beweglich!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218706	28.08.21 Bielefeld	28.07.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziele: Haltungsverbesserung; Beseitigung von Muskeldysbalancen; allg. Kraftaufbau; Beweglichkeit. Methoden: Einfache &amp; spielerische Übungen zur Kräftigung &amp; Dehnung; Inhalte: Grundkenntnisse der Funktionellen Gymnastik in Theorie &amp; Praxis; Grundlagen der Anatomie, Trainingslehre &amp; Belastungsnormative; Anleitung der Übungen; zielgruppengerechte Übungsauswahl</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

Kinder in Bewegung – frech, wild und wunderbar				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218707	02.-03.10.21 Köln	01.09.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sport mit Kindern ist faszinierend und lebendig. Das ist Ziel und Herausforderung für viele Übungsleiter*innen zugleich. Diese Fortbildung soll Anregungen und Bewegungsideen für den Sport für Kinder mit und ohne Assistenzbedarf geben. Mit zahlreichen Praxisbeispielen und Strukturhilfen soll ein Zugang zu neuen Bewegungserfahrungen ermöglicht werden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p>				

Kleine Spiele im Wasser für Anfänger / Nichtschwimmer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218708	13.11.21 Essen	13.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Anfängerschwimmen passen!</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Fortbildung findet in einem Lehrschwimmbecken (8m x 16,6m) mit Hubboden und 31° Wassertemperatur statt.</p>				

Tag der Talente im Tischtennis				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218709	13.11.21 Essen	13.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Inhalte: unterschiedlichen Trainings- und Wettkampfspielformen: Varianten unterschiedlicher Tischtennis-Spielformen</p> <p>Der Tag der Talente im Tischtennis ist einerseits ein Fortbildungsangebot für Übungsleiter*innen, die Tischtennis als Bewegungsangebot für Menschen mit geistiger Behinderung zielgerichtet und abwechslungsreich gestalten möchten; andererseits ist der Lehrgang gleichzeitig eine Förderungs- und Sichtungsmaßnahme für Tischtennispieler*innen mit mentalem Handicap.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Behinderungsspezifische Grundkenntnisse werden vorausgesetzt</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Inklusion im Schwimmen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218710	14.11.21 Essen	14.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Fortbildung findet in einem Lehrschwimmbassin (8m x 16,6m) mit Hubboden und 31° Wassertemperatur statt.</p>				

Schwungvoll tanzen im Sitzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218711	06.11.21 Bielefeld	06.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Tänze im Sitzen sind eine gute Möglichkeit, Menschen mit eingeschränkter Mobilität die Freude an der Bewegung zur Musik zu erhalten. Inhalte: Musikalische Grundlagen; Tanzbeschreibungen lesen und verstehen; Tänze zielgruppengerecht verändern; Einsatz von Handgeräten (Tücher/Bälle/Instrumente); Tänze erarbeiten.</p> <p>Erfassen und Nachempfinden von Takt &amp; Rhythmus mit einfachen Bewegungen und Übungen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für Ungeübte bis wenig Erfahrene am Rehasport mit verminderter</p>				

## Blöcke 30-80 – Profilübergreifend

Achtsamkeit in Ruhe und Bewegung – Feldenkrais trifft Meditation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218801	16.-17.01.21 Arnsberg	16.12.20	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Feldenkraismethode 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> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit. Bitte ausreichend bequeme, warme Bekleidung und Decke/Matte mitbringen.</p>				

Wechselwirkungen von Medikamenteneinnahme und Sport/Ernährung Teil I: Herzmedikamente, z. B. Blutdrucksenker, Antiarrhythmika, Gerinnungshemmer				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218802	25.01.21 Kleve	20.12.20	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
NW-218810	26.06.21 Kleve	26.05.21	8	
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Teilnehmer*innen am Rehasport haben oft nicht nur eine Diagnose (Herzinfarkt, Gelenkprothese), sondern mehrere (Diabetes, M. Parkinson, Hypertonie, Vorhofflimmern, Fettstoffwechselstörung...). Dafür nehmen sie häufig entspr. Medikamente, die ggf. das Sporttreiben beeinflussen können. Theorie: Im Lehrgang werden häufig verordnete Medikamente vorgestellt, die Wirkungen und Nebenwirkungen diskutiert und Alternativen aufgezeigt. (Vortrag, Kleingruppenarbeit) Praxis: Yogaübungen für das Herz, Atemtechniken, Tiefenentspannung (einschl. modif. Bodyscan)</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Der Zirkus ist wieder in der Stadt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218803	09.02.21 Hilden	09.01.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vielfältige Möglichkeiten den Rehasport mit Übungs- und Spielformen, aus dem Kontext Zirkus, lebhafter zu gestalten. Die Inhalte reichen von Übungs- und Spielformen bis hin zu Spielen die der Zirkuspädagogik und dem Alltag von Künstler*innen entstammen. Die Übungen sind zielgruppengerecht anpassbar. Der Theorie Teil umfasst Hintergrundwissen zu der Arbeitsweise der Zirkuspädagogik, Einbindung in die Rehasstunden, Förderung vers. Kompetenzen durch den Zirkus Bezug.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Elemente der Entspannung in der Rehasportgruppe durch Feldenkrais				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218804	20.-21.02.21 Arnsberg	20.01.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit. Bitte ausreichend bequeme, warme Bekleidung und Decke/Matte mitbringen.</p>				

Waldgesundheit (Shinrin Yoku – Waldbaden)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218805	13.-14.03.21 Arnsberg	10.02.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dass der Wald gesundheitsfördernde Wirkung besitzt, wissen wir schon lange. Man spürt es! Nun ist es jedoch auch wissenschaftlich erwiesen: alleine 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Praxisorientierte Fortbildung im Naturpark Arnsberger Wald. Teilnehmer*innen sollten über Grundausrüstung und Trittsicherheit verfügen. Bitte festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung sowie Rucksackverpflegung!</p>				

Humor und Lachen in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218806	17.04.21 Essen	17.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wissenschaftliche Grundlagen aus der Humorforschung; teilnehmer*innenorientierter Praxistransfer in den Rehasport; Humor und Lachen erleben als stärkende Ressource für Teilnehmer*innen am Rehasport und für die eigene Übungsleitertätigkeit. Vitalisierende und entspannende Übungsformen, eine exemplarische Lachyogastunde sowie bewegende Spielformen zur Förderung von Humor, Lachen und Lebensfreude. Die Praxisbeispiele eignen sich für kleine wie große Räumlichkeiten und auch für Outdoor-Aktivitäten.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Elemente der Entspannung in der Rehasportgruppe durch Feldenkrais für Fortgeschrittene				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218807	24.-25.04.21 Arnsberg	24.03.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Besuchs der FB Feldenkrais</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit. Bitte ausreichend bequeme, warme Bekleidung und Decke/Matte mitbringen.</p>				

Sportlichkeit im 3/4 Takt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218808	25.04.21 Hennef	25.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch das langsame Tempo im 3/4 Takt wird man emotional berührt, als absolut sicher und für alle Altersgruppen und Rehabilitationssportler*innen geeignet. Abbau von psychosomatischen Beschwerden, Verbesserung der Körperwahrnehmung und des Körpergefühls, Stärkung der Muskulatur und Gelenke, Entspannung für Körper, Geist und Gefühle in Verbindung mit der Förderung des Selbstbewusstseins und der kreativen Gruppendynamik</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit mit Lust an Bewegung</p>				

Kanu für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218809	19.-20.06.21 Herne	19.05.21	16	110,- BRSNW-Vereine Tarif A / 125,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 220,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Lehrgang richtet sich an Übungsleiter*innen, die nur wenig oder noch gar keine Erfahrungen im Kanusport haben und soll ihnen zeigen, dass und wie diese Sportart für unsere Zielgruppen eingesetzt werden kann. Eine kleine Einführung in Stand up Paddling ist auch vorgesehen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*innen am Rehasport auch mit verminderter Belastbarkeit.</p>				

Der Fuß im Rehasport – ein unbekanntes Wesen!?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218811	20.07.21 Bonn	19.06.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Füße werden in vielen Gymnastikprogrammen vernachlässigt. Dabei sind unsere Füße die Basis für die gesamte Körperstatik. Die bewusste Wahrnehmung der Füße ist die entscheidende Voraussetzung dafür, dass Rehasportler*innen mit ihren Behinderungen sicher stehen und gehen lernen. Die Beschäftigung mit den Füßen kann daher einen wesentlichen Beitrag zu Sicherheit und Selbständigkeit leisten. Übungsformen zur Förderung von Körperwahrnehmung, Koordination (Zehen-Fuß-Motorik, Stehen, Gehen, Gleichgewicht), Beweglichkeit und Entspannung werden erarbeitet.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Vom Walken zum Joggen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218812	26.-27.07.21 Bottrop	25.06.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
NW-218814	04.-05.09.21 Castrop-Rauxel	04.08.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Joggen.... ist das was für mich? Was ist im Rehasport möglich? Die Fortbewegung auf zwei Beinen ist eines unserer Grundmuster der Bewegung. Wie laufe ich "richtig", was ist wichtig? Was gibt mir Bewegungssicherheit? Was macht ein ausgewogenes und sinnvolles Lauftraining im Rehasport aus? Bewegungsökonomie, Körperstabilisation, Beinachse, Fußaufsatz, Grundlagen des Ausdauertrainings und vielfältige Übungen zur Lauftechnik (Walken und Joggen) sind die Inhalte dieser Fortbildung.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Wetterfeste Kleidung, Schuhe für die Halle und für Draußen</p>				

Halt dich fit und gesund!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218813	14.-15.08.21 Winterberg	14.07.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieses Angebot wendet sich an alle Übungsleiter*innen, die etwas für sich selber tun möchten. In Bezug auf die eigene psychosoziale Gesundheit werden verschiedene Sport – und Bewegungsangebote im Outdoor- und Hallenbereich vorgesellt und erprobt. Es ist eine Mountaintour von ca. 5 Stunden angeboten, Klettern im Kletterpark, Wandern und verschiedene Entspannungsarten werden vorgestellt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Bitte bei der Anmeldung mitangeben, ob ei eigenes Mountainbike vorhanden ist. Es besteht die Möglichkeit, Räder gegen eine Leihgebühr von ca. 20 € zu leihen (E-Bikes etwas teurer). Bitte eigenen Helm mitbringen. Zusatzkosten für den Eintrittspreis Kletterpark</p>				

Einsatz von Stockkampf und Stocktanz in der Rehasportstunde				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218815	18.-19.09.21 Arnsberg	18.08.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Kennenlernen der umfassenden Möglichkeiten des mittelalterlichen Stockeinsatzes in kleinen Schritten. Exemplarischer Aufbau, Bewegungsmeditation, Reflexion in Bezug auf verschiedene Behinderungsarten. Vielfältige kreative und spielerische Varianten des Einsatzes des Stocks zur Anwendung in einer Rehasportstunde. Kennenlernen des Gerätes. Erlernen spezieller Fertigkeiten und des Umgangs mit Partner, Angst, Aggression, Macht, Ohnmacht, Nähe und Distanz</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Es handelt sich nicht um Selbstverteidigung oder Kampfsport. Vielmehr werden spielerisch Bewegungsabläufe eingeübt und neue Varianten entwickelt.</p>				

Natursport-Gesundheitswandern im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218816	25.-26.09.21 Arnsberg	25.08.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Praxisorientierte Fortbildung im Naturpark Arnsberger Wald. Teilnehmer*innen sollten über Grundaushalterung und Trittsicherheit verfügen. Bitte festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung, sowie Rucksackverpflegung!</p>				

NW

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Erste Hilfe im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218817	23.-24.10.21 Kleve	22.09.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Im Rehasport passieren extrem wenig Zwischen- oder Unfälle. Trotzdem sollte ein\*e Übungsleiter\*in gewappnet sein. Im Lehrgang werden zunächst theoretisch die Grundlagen zur Versorgung von Wunden, Prellungen, Zerrungen sowie von Kreislaufproblemen, Blutzuckeränderungen, Krampfanfällen erklärt (Vortrag, Diskussion), in der Praxis dann auch am Menschen geübt. Hinweise auf ein sinnvoll zusammengestelltes „Erste Hilfe-Set“ werden gegeben. Ein Auffrischen der Reanimationskenntnisse erfolgt ebenfalls in Theorie und Praxis (Modell).

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Fließende Übungen für Teilnehmende mit Wassereinlagerungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218818	30.10.21 Plettenberg	29.09.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Vielfältige Möglichkeiten von fließenden Übungsformen bei Lymphproblemen (Entstauungsgymnastik) incl. Erlernen der Eigenlymphdrainage

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Entspannung mit AT und PMR – die Klassiker neu aufgelegt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218819	30.-31.10.21 Arnsberg	29.09.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die altbewährten Methoden im neuen Gewand. Spezielle formelhafte Vorsatzbildung und Umsetzung für die Rehasportstunde.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Bitte ausreichend bequeme, warme Bekleidung und Decke/Matte mitbringen. Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer\*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit.

Wechselwirkungen von Medikamenteneinnahme und Sport/Ernährung Teil II: Antidiabetika, Antiasthmatica				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218820	20.11.21 Kleve	20.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Fortführung von Teil I, diesmal werden vor allem Diabetiker\*innen und Asthmapatient\*innen mit allen ihren Medikamenteneinnahmen unter die Lupe genommen.

Praxis: Atemtechniken, Ausdauerbelastung für Diabetiker\*innen geeignet

**Zielgruppe:** profilübergreifend

Tanzen mit Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW - 218821	20.-21.11.21 Duisburg	20.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In Praxis und Theorie werden Methodik und Didaktik ausgewählter Tänze, Tanz- & Musikstile, Koordinations-, Bewegungs- und Rhythmusübungen, Erlernen kleiner 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.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## „Alte Spiele in neuer Verpackung“ – Spielebörse

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218822	20.-21.11.21 Bergisch Gladbach	20.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Jede\*r Übungsleiter\*in mit Berufserfahrung verfügt über ein Repertoire an Lieblingsspielen. Oft sind es alte Klassiker, die den Teilnehmenden mit viel Spaß präsentiert werden. Mit leichten Veränderungen der Ziele und Methodik sollen diese in neuem Gewand präsentiert und neue Spielideen gewonnen werden.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Schwungvoll tanzen!

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218823	20.11.21 Bielefeld	20.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Mit schnell erlernbaren Tänzen wird die Aktivierung und Motivierung durch Gemeinsamkeit und Musik erreicht. Rhythmisierung von Bewegungen zur Koordinationsverbesserung;

Methoden:

Erfassen und Nachempfinden von Takt & Rhythmus mit einfachen Tänzen auf der Fläche und am Stuhl.

Inhalte: Musikalische Grundlagen; Tanzbeschreibungen lesen, verstehen und umsetzen; Tänze erarbeiten und zielgruppengerecht modifizieren.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Achtsamkeitsbasierte Trainings- und Entspannungsansätze im Rehabilitationssport- ein Lehrgang auch für die Übungsleitung selbst.

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218824	17.11.21 Detmold	17.10.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Achtsamkeitstraining für Übungsleiter\*innen. Atemgestützte Entspannungsmethoden zur achtsamen Körperwahrnehmung, aktive Entspannungsmethoden. Vorstellung des PC gesteuerten Herzkohärenztrainings (mit Biofeedback Training).

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Für Interessenten mit und ohne Vorerfahrung. Ohne Verpflegung. Für Pausengetränke ist gesorgt.

## Feldenkrais für Männer

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218825	27.-28.11.21 Arnsberg	27.10.21	16	80,- BRSNW-Vereine Tarif A / 110,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 160,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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 das andere Geschlecht. 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:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer\*innen am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit. NUR FÜR MÄNNER!

## Spielerisch-bewegtes Gehirntraining

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218826	04.12.21 Bezirk 2	03.11.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Mit zunehmendem Alter finden Prozesse im Gehirn statt, welche die geistige Leistungsfähigkeit bedrohen oder einschränken können. Viel hängt jedoch vom eigenen Verhalten ab, wie das Gehirn altert. Positive Effekte auf die geistige Leistungsfähigkeit sind auch bei neurologischen Erkrankungen gut belegt und zeigen, dass sich ein regelmäßiges Üben und Trainieren der kognitiven Fähigkeiten bis ins hohe Alter lohnt. Bewegte Spiel- und Übungsformen zeigen vielfältige Förderungsmöglichkeiten auf.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Sportlichkeit im 3/4 Takt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218827	12.12.21 Hennef	11.11.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch das langsame Tempo im 3/4 Takt wird man emotional berührt, als absolut sicher und für alle Altersgruppen und Rehabilitationssportler*innen geeignet. Abbau von psychosomatischen Beschwerden, Verbesserung der Körperwahrnehmung und des Körpergefühls, Stärkung der Muskulatur und Gelenke, Entspannung für Körper, Geist und Gefühle in Verbindung mit der Förderung des Selbstbewusstseins und der kreativen Gruppendynamik</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Die Inhalte sind geeignet für ungeübte bis wenig erfahrene Teilnehmer*in am Rehasport mit verminderter Belastbarkeit mit Lust an Bewegung</p>				

Sportabzeichenprüfer für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218901	10.04.21 Duisburg	10.03.21	8	40,- BRSNW-Vereine Tarif A / 55,- andere Landesverbände, Koop., außerord. Vereine / 80,- Externe
NW-218902	16.10.21 Duisburg	15.09.21	8	
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Teilnehmer*innen sollen befähigt werden, die Sportabzeichenprüfung für Menschen mit Behinderung in den leichtathletischen Disziplinen durchzuführen und abzunehmen. Gemeinsam sollen dabei Barrieren und Hemmnisse in der Theorie durchgenommen und in der Praxis umgesetzt werden. Informationen über Behinderungsklassen, Zusammenarbeit mit Ärzt*innen, Handhabung der Behinderungen und Formalitäten des Deutschen Sportabzeichens mit Behinderungen (Prüfberechtigung, Prüfkarten, Verleihungsformen) sowie Behandlung der Ausnahmeregelung bei bestimmten oder mehrfachen Behinderungen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Der Sportabzeichenprüfenausweis ist bei der Anmeldung nachzuweisen.</p>				

## Angebote mit Kooperationspartnern

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

## Benediktushof Reken

Aquafitness im Rehasport attraktiv gestalten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218501	09.-10.10.21 Benediktushof Reken	27.09.21	16	115,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Inhalte: Anschauliche Vermittlung geeigneter Trainingsmethoden sowie sinnvoller und vielfältiger Nutzung von Kleingeräten unter Berücksichtigung der besonderen Eigenschaften des Elements Wassers. Ziele: Erweiterung und Vertiefung der Handlungskompetenzen des*der Übungsleiter*in zur Gestaltung von Angeboten im Wasser unter Berücksichtigung orthopädischer Erkrankungen. 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="https://www.benediktushof.de/">https://www.benediktushof.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

KSB Borken e. V.

Nackenschule				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218502	26.02.21 Borken	12.02.21	8	50,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Fokus steht die Problemzone Schulter-Nacken. Schwerpunkt dieser Fortbildung ist die Anatomie der Halswirbelsäule. Es werden die Fehlhaltungen und deren Auswirkungen sowie die Haltungskorrekturen erarbeitet. Schwerpunkt dieser Fortbildung ist die Anatomie der Halswirbelsäule. In der Praxis werden vielfältige Beispiele zur Haltungsschulung, Funktionsgymnastik, Körperwahrnehmung und Körpererfahrung 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</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Slow-Flow-Gym				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218503	27.-28.02.21 Borken	12.02.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Fließende Bewegungsformen haben eine entspannende, energetische und belebende Wirkung. Sie fördern die Elastizität der Faszien und schulen eine intensive Körperwahrnehmung. Es werden klassische Übungen der Funktionsgymnastik mit den Elementen aus dem Thai Chi, Qigong und Yoga vereint, die sich gut in eine Rehasportstunde integrieren lassen. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Gymnastik im Herzsport – attraktiv, abwechslungsreich, zielgerichtet und zielgruppenspezifisch				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218504	13.-14.03.21 Borken	01.03.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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, Pila-tesball, Hanteln), Gymnastik in der Kleingruppe, Übungen zur Koordination und Kraft für die Alltagsbewältigung. Notfallmanagement. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Funktionelle Bewegungsangebote für HWS und Schulter im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218505	20.-21.03.21 Borken	08.03.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Einstieg erfolgt durch einen kurzen theoretischen Überblick über die typischen Krankheitsbilder der Schulter und der HWS. Die Funktionen und Zusammenhänge der HWS- und Schulter werden verdeutlicht und die Schwerpunkte der Bewegungsangebote spezifiziert. Welche Herausforderungen ergeben sich im Alltag und wie kann man diese bewältigen? 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Klassische Wirbelsäulengymnastik trifft Yoga				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218506	08.-09.04.21 Borken	29.03.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wie lassen sich die klassischen Inhalte der Wirbelsäulengymnastik mit verschiedenen Yoga-Elemente 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. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Der Atem – Mehr Luft für die Lunge				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218507	11.06.21 Borken	28.05.21	8	55,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Fokus steht die Physiologie und Bedeutung der Atmung für den Rehasport. Es werden verschiedene Atemtechniken vorgestellt, die bei Bewegung und Meditation Anwendung finden. So kann eine fließende Atmung und deren positive Auswirkung auf Körper, Seele und Wohlbefinden sowie die Achtsamkeit geschult werden. Ausgewählte Praxisbeispiele zeigen, welche Atemtechniken sich in die Rehasportangebote integrieren lassen. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

Intervalltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218508	18.-19.9.21 Borken	03.09.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

„Fit im Kopf und in den Beinen“ – Attraktives Koordinationstraining und Gehirntraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218509	13.-14.11.21 Borken	29.10.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Koordinations- und Gedächtnistrainings 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 [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:** <https://www.sportbildungswerk-nrw.de/>

Fuß/Knie/Hüfte Special				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218510	19.11.21 Borken	05.11.21	8	55,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Schwerpunkt dieser Fortbildung ist die Bedeutung der Fuß- und Kniegelenke. Folgende Themen werden bearbeitet: Auswirkung von Abnutzungserscheinungen in diesen Gelenken auf den ganzen Körper; Anatomische Gegebenheiten, Alterungsprozesse und daraus resultierende Beschwerden; methodische Reihen zur Körperwahrnehmung, Koordinationsschulung; Propriozeptives Training; Funktionelle Gymnastik. Dabei wird immer auch der Bezug zum Alltag hergestellt und darauf geachtet, welche Übungen kontraindiziert sind. 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:** <https://www.sportbildungswerk-nrw.de/>

Bewegte Anatomie / Angewandte Anatomie (Muskel-Skelett-System)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218511	20.-21.11.21 Borken	05.11.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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 [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:** <https://www.sportbildungswerk-nrw.de/>

## Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Pilates in der Rehabilitation – Einsatzmöglichkeiten und Grenzen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218512	04.-05.12.21 Borken	04.11.21	16	99,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was verbirgt sich hinter dem Begriff "Pilates"? Welche Möglichkeiten eröffnen sich und wo stoßen wir an DIE Grenzen in einer Rehasportstunde mit dem Schwerpunkt Orthopädie? Welche Übungsformen eignen sich für bestimmte Krankheitsbilder? Die Teilnehmenden lernen die grundlegenden Pilatesprinzipien kennen und erarbeiten praktisch ihre Umsetzungsmöglichkeiten in der Rehabilitation. 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>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.sportbildungswerk-nrw.de/">https://www.sportbildungswerk-nrw.de/</a></p>				

### KSB Euskirchen e. V.

SitzHocker – neue Ideen / Neue Spielideen – auch im Sitzen und in kleinen Räumen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218513	02.10.21 Euskirchen	15.09.21	8	50,-/100,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wenn das Liegen nicht mehr möglich ist und die Stunde trotzdem interessant gestaltet werden soll, seid ihr hier genau richtig! Die Fortbildung umfasst eine bunte Mischung an Übungs- und Spielformen aus den Bereichen spielerisch bewegtes Gehirntraining, Feldenkrais, Sturzprävention, kleine Spiele sowie Körperwahrnehmung und Entspannung – alles auf und rund um den Hocker Ohne Übernachtung und Verpflegung. Bitte melden Sie sich direkt über den KSB Euskirchen, Georgstraße 1, 53879 Euskirchen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-euskirchen.de/">https://www.ksb-euskirchen.de/</a></p>				

### Rhein-Kreis Neuss e. V.

Herzsport ganz ohne Geräte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218514	20.-21.03.21 Grevenbroich	12.03.21	15	89,-/92,- mit Überweisung mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Was benötigt man alles für ein effektives Herzsporttraining? – Nichts! Ohne Geräte 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="https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Sanftes Ausdauer- und Krafttraining im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218515	29.-30.05.21 Grevenbroich	21.05.21	15	89,-/92,- mit Überweisung mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine gute Kombi aus ruhigen, konzentrierten Bewegungsabläufen im Ausdauer und Kraftbereich sollen neue Impulse für die Rehasunde geben. Dabei werden anhand von einfachen bis hin zu komplexen Übungsformen Bewegungssequenzen für den ganzen Körper mit und ohne Kleingeräte vorgestellt. 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</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Herzsport für Hochbetagte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218516	21.-22.08.21 Grevenbroich	14.08.21	15	89,-/92,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p>Ziele: Unter Berücksichtigung der alterstypischen Veränderungen und Erkrankungen am Haltungs- und Bewegungsapparat ist es Ziel dieses Lehrganges, praxisnah Ideen für Hochaltrige zu vermitteln. 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="https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de">https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de</a></p>				

Stundenbilder rund um die Koordination und Kraft				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218517	04.-05.12.21 Grevenbroich	28.11.21	15	89,-/92,- mit Überweisung mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine gute Koordination sorgt für effektive Bewegungsabläufe und stärkt das Gleichgewicht, was wesentliche Bestandteile der Alltagsbewältigung sind. Gekoppelt mit sanften Kraftübungen ist diese Kombi im Rehasport nicht mehr wegzudenken. Teilnehmerorientiert werden Möglichkeiten aufgezeigt, Stundenkonzepte praxisnah und zielgruppenspezifisch umzusetzen.</p> <p>Das Notfallmanagement ist ein weiterer Bestandteil 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="https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de/">https://www.rhein-kreis-neuss-macht-sport.de/</a></p>				

## KSB Gütersloh e. V.

Fuß-Becken-Wirbelsäule (Was bedeutet Spiraldynamik, Pilates und Faszien?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218518	08.05.21 Gütersloh	08.04.21	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<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- oder 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. 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="https://www.ksb-gt.de/">https://www.ksb-gt.de/</a></p>				

Bauch & Entspannungsübungen OHNE Rückenlage				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218519	09.05.21 Gütersloh	09.04.21	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bauch und Entspannungsübungen kennen wir reichlich, aber ohne Rückenlage?? Wir stellen uns der Herausforderung und entwickeln und erarbeiten die "neue" Ausgangsposition. Gleichzeitig vertiefen wir unser Anatomiewissen und Lernen Moving und Streaming zur Entspannung kennen und schätzen. 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="https://www.ksb-gt.de/">https://www.ksb-gt.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Schulter – Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218520	14.11.21 Gütersloh	14.10.21	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 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="https://www.ksb-gt.de/">https://www.ksb-gt.de/</a></p>				

Gesundheitspaket im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218521	20.11.21 Gütersloh	15.11.21	8	40,- mit Verein 80,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Gesundheit ist sehr vielschichtig und individuell zu sehen. An diesem Tag werden wir uns mit der Ausdauer, Gymnastik, Life Kinetik und die psychosoziale Gesundheit im speziellen im Herzsport beschäftigen. Die „Verpackung“ ist oft entscheidend, wenn es darum geht, funktionelle Bewegungsangebote sinnvoll mit Freude und Spaß zu vermitteln. Kreative Ideen werden entwickelt, die die Teilnehmer*innen akzeptieren. Inhalte: Fußgymnastik und die Bedeutung der Füße im Alltag, Funktionelle Bewegungsangebote aus den Bereichen Koordination, Kraft und Ausdauer, die im Alltag umsetzbar sind, Bewegungsangebote im Gehen, Stehen und Sitzen, die in verschiedenen Organisationsformen durchgeführt werden. Ziele: Neue Ideen und Gesichtspunkte erfahren und diese in die Herzsportstunde einbauen zu können. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Gütersloh, Am Reckenberg 6, 33378 Rheda-Wiedenbrück</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-gt.de/">https://www.ksb-gt.de/</a></p>				

## KSB Unna e. V.

Functional Training – Ideenbörse für den*die Übungsleiter*in				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218522	17.04.21 Kamen	02.04.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

Wirbelsäulengymnastik – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218523	18.04.21 Kamen	14.03.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Sitzhocker – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218524	25.09.21 Kamen	25.08.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<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 können kleine Tanzchoreografien entwickelt werden. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

Krafttraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218525	26.09.21 Kamen	26.08.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Funktionelles Ganzkörper Training 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 einbringen kannst. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

Zirkeltraining – eine Variation für den Stundenaufbau				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218526	20.11.21 Kamen	20.10.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

Faszien in der Wirbelsäulengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218527	21.11.21 Kamen	21.10.21	8	45,- mit Verein 85,- ohne Verein
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Unna, Haus Opherdicke, Dorfstraße 29, 59439 Holzwickede</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.kreissportbund-unna.de/">https://www.kreissportbund-unna.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

## KSB Lippe e. V.

Einsatz von Pilatestechiken in der Rehasportstunde (Einführungslehrgang)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218528	27.02.21 Lippe	28.01.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Übungsleiter*innen kreativ bekannte und eigene Pilates-Übungen weiter erarbeiten können. Ohne Übernachtung und Verpflegung, Anmeldung bitte direkt über den KSB Lippe, Felix-Fechenbach-Straße 5, 32756 Detmold <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-lippe.de/">https://www.ksb-lippe.de/</a></p>				

Wirbelsäulengymnastik – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218529	28.02.21 Lippe	27.01.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung, Anmeldung bitte direkt über den KSB Lippe, Felix-Fechenbach-Straße 5, 32756 Detmold <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-lippe.de/">https://www.ksb-lippe.de/</a></p>				

## KSB Minden-Lübbecke e. V.

Faszientraining mit Osteoporose Betroffenen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218530	20.02.21 Minden-Lübbecke	20.01.21	8	50,- mit Vereinsempfehlung 100,- ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es geht um die Bedeutung und anatomische Funktionsweise der Faszien im (Reha-) Sport mit Osteoporose Betroffenen. Die Grundprinzipien des Faszientrainings werden praxisorientiert erarbeitet und so Übungen für die Rehasportstunde erarbeitet. Wiederholung des Krankheitsbildes Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-ml.de/">https://www.ksb-ml.de/</a></p>				

Rehasport während & nach der Schwangerschaft				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218531	21.02.21 Minden-Lübbecke	21.01.21	8	50,- mit Vereinsempfehlung 100,- ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> „Frauen sind heute in einer Schwangerschaft besonders gut informiert über allen möglichen Test, Ernährung etc. aber vernachlässigen einen wichtigen Faktor: Fitness!“ Lisa Marshal, Hebamme Eine Schwangerschaft ist die Zeit in der sich die Frau und ihr Körper enormen emotionalen, körperlichen und hormonellen Veränderungen unterwirft. Jegliches Trainingsprogramm muss diese gerecht werden. Das Hauptziel liegt darin eine gute Haltung zu bewahren und Fitness für sich und das Kind zu erlangen. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-ml.de/">https://www.ksb-ml.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Wirbelsäulengymnastik – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW 218532	09.10.21 Minden-Lübbecke	09.09.21	8	50,- mit Vereinsempfehlung 100,- ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="https://www.ksb-ml.de/">https://www.ksb-ml.de/</a></p>				

ISG-Syndrom- Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW- 218533	10.10.21 Minden-Lübbecke	10.09.21	8	50,- mit Vereinsempfehlung 100,- ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. Kids bis 16 Jahre Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung direkt über den KSB Minden-Lübbecke, Schloßfreiheit 3a, 32469 Petershagen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="https://www.ksb-ml.de/">https://www.ksb-ml.de/</a></p>				

## KSB Hochsauerlandkreis e. V.

Fuß-Becken-Wirbelsäule (Was bedeutet Spiraldynamik, Pilates und Faszien?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW- 218534	28.08.21 Olsberg	28.07.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<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- oder 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Hochsauerlandkreis, Bundesstraße 152, 59909 Bestwig</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="https://www.hochsauerlandsport.de/">https://www.hochsauerlandsport.de/</a></p>				

Einsatz von Pilatestechniken in der Rehasportstunde (Aufbaulehrgang)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW 218535	29.08.21 Olsberg	29.07.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<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- oder 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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Hochsauerlandkreis, Bundesstraße 152, 59909 Bestwig</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldeink:</b> <a href="https://www.hochsauerlandsport.de/">https://www.hochsauerlandsport.de/</a></p>				

# Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Faszientraining – nur Grundlagen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218536	13.03.21 Olsberg	13.02.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Hochsauerlandkreis, Bundesstraße 152, 59909 Bestwig</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.hochsauerlandsport.de/">https://www.hochsauerlandsport.de/</a></p>				

ISG-Syndrom- Praxis (Was können wir als Übungsleiter*in im Rehasport machen?)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218537	14.03.21 Olsberg	14.02.21	8	n. n. mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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. Kids bis 16 Jahre Ohne Übernachtung und Verpflegung. Anmeldung bitte direkt über den KSB Hochsauerlandkreis, Bundesstraße 152, 59909 Bestwig</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.hochsauerlandsport.de/">https://www.hochsauerlandsport.de/</a></p>				

## KSB Wesel e. V.

Ausdauer und Krafttraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218538	01.10.21 Wesel	01.09.21	8	85 / 170,- mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ausdauertraining ist in vielen Rehasportgruppen ein wichtiger inhaltlicher Bestandteil der Übungseinheit. Langweilig oder attraktiv? Praxisbeispiele zeigen, dass Ausdauer mehr sein kann als „nur allein Runden laufen“ oder „auf der Stelle gehen“. Funktionelles Krafttraining im Bereich der Kraft(-ausdauer) Verbesserung ist ebenso wichtiger inhaltlicher Bestandteil. Es werden Möglichkeiten erarbeitet mit und ohne Kleingeräte Übungen spielerisch zu verpacken.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldelink:</b> <a href="https://www.ksb-wesel.de/">https://www.ksb-wesel.de/</a></p>				

## DVMB e. V.

Aktiver Workshop und Erfahrungsaustausch Morbus Bechterew				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218539	20.03.21 Geldern	20.02.21	8	65,- inkl. Verpflegung mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Kurze Einführung in das Krankheitsbild Morbus Bechterew Vorstellung und gemeinsames Erarbeiten von Spielen, Übungen und deren schadensspezifischen Abwandlungen. Ziel: Motivation zur langfristigen Teilnahme am Rehasport/Erfahrungsaustausch. Der Kurs 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 E-Mail: <a href="mailto:lv@dvmb-nrw.de">lv@dvmb-nrw.de</a> senden. Im Teilnehmerbetrag von 65 € ist die Verpflegung enthalten. Weitere Informationen zum Lehrgang erhalten Sie unter der Rufnummer 02834-98229. Die Inhalte sind geeignet für Teilnehmer*innen am Rehasport für Morbus Bechterew</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldung per E-Mail an:</b> <a href="mailto:lv@dvmb-nrw.de">lv@dvmb-nrw.de</a></p>				

## Fortbildungen – Nordrhein-Westfalen

Spiel- und Bewegung beim Rehasport mit Morbus Bechterew				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
NW-218540	31.10.21 Geldern	31.09.21	8	65,- inkl. Verpflegung Mit/ohne Vereinsempfehlung
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Lehrgang richtet sich an Übungsleiter*innen, die Menschen mit Morbus Bechterew und ähnlichen Diagnosen in den Gruppen haben. Die angewandten Methoden sind teilnehmerorientiert und berücksichtigen die schadenspezifischen Besonderheiten. Es wird das Ziel verfolgt, Wege aufzuzeigen, Menschen mit Morbus Bechterew Freude an der Bewegung zu vermitteln und zur langfristigen Teilnahme am RehaSport zu motivieren. Der Kurs 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@dymb-nrw.de">lv@dymb-nrw.de</a> senden. Im Teilnehmerbetrag von 65 € ist die Verpflegung enthalten. Weitere Informationen zum Lehrgang erhalten Sie unter der Rufnummer 02834-98229.</p> <p>Bewegung im Wasser und an Land sowie spielerische Elemente mit und ohne Einsatz von Kleingeräten. Die Inhalte sind geeignet für Teilnehmer*innen am Rehasport für Morbus Bechterew</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Anmeldung per Mail an:</b> <a href="mailto:lv@dymb-nrw.de">lv@dymb-nrw.de</a></p>				

# 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](#)

Tai Chi im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2102	16.01.21 Edenkoben/Pfalz	18.12.20	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referent:</b> Dr. Sven Haacke</p>				

Pilates im Rehabilitationssport (Einführungslehrgang)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2103	17.01.21 Koblenz	18.12.20	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2127	21.03.21 Koblenz	19.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2144	27.06.21 Koblenz	28.05.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2160	26.09.21 Koblenz	27.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2187	05.12.21 Koblenz	05.11.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Schachla Zaidova</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Spiele und Koordination im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2104	23.01.21 Edenkoben/Pfalz	18.12.20	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2115	06.03.21 Kaiserslautern/ Pfalz	05.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2118	07.03.21 Kaiserslautern/ Pfalz	05.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2135	08.05.21 Bitburg/Eifel	09.04.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2158	25.09.21 Kaiserslautern/ Pfalz	27.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2167	24.10.21 Edenkoben/Pfalz	24.09.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2170	31.10.21 Kaiserslautern/ Pfalz	01.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2190	12.12.21 Kaiserslautern/ Pfalz	12.11.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2193	19.12.21 Edenkoben/Pfalz	19.11.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Übungsleiter*innen mit keinen bzw. kaum Vorkenntnissen</p> <p><b>Referentin:</b> Barbara Piechottka</p>				

Ernährung, Bewegung und Entspannung im Rehasport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2105	24.01.21 Edenkoben/Pfalz	18.12.20	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2106	30.10.21 Kaiserslautern/ Pfalz	01.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2191	18.12.21 Edenkoben/Pfalz	19.11.21	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 Kraffteinheiten) und Entspannung (Tai Chi, Qigong etc.) bei diesem Lehrgang nicht zu kurz kommen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> keine Vorkenntnissen erforderlich</p> <p><b>Referentin:</b> Barbara Piechottka</p>				

RP

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Diabetes – Neue Wege in Therapie und Technologie				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr
RP-2107	30.01.21 Koblenz	08.01.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Neue Therapie- und Technikooptionen und deren Auswirkungen auf den Rehasport</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Veränderungen in der Therapie in Bezug auf unsere Reha-Sportler</li> <li>- neue Technik: was wir für den Reha-Sport wissen müssen</li> <li>- Diabetes in der Praxis am Beispiel der Fußgymnastik und in der Bewegung</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Referenten:</b> Katharina Kunz und Ilona Schmitz</p>				

Rehabilitationssport bei COPD (chronisch obstruktiven Atemwegserkrankungen)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2111	07.02.21 Koblenz	08.01.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2146	11.07.21 Koblenz	11.06.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2163	10.10.21 Koblenz	10.09.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Diese Fortbildung beinhaltet zum einem theoretische Grundlagen der Erkrankung und zum anderen praktischen Hilfestellungen zum Funktionalen Atem-Management. Praktische Übungen zu Atemtraining und Atemwahrnehmung, Kraft- und Beweglichkeitstraining, zur Belastungsdosierung beim Ausdauertraining und indikationsspezifische Spiele werden durchgeführt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Schachla Zaidova</p>				

Bewegung auch bei Diabetes				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2113	21.02.21 Kaiserslautern/ Pfalz	22.01.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2155	05.09.21 Edenkoben/Pfalz	06.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Krankheitsbild Diabetes näher kennen lernen. Wie erkenne ich eine Unterzuckerung? Was ist eine Unterzuckerung? Folgeerkrankungen anhand von präpariertem Material selbst fühlen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Christina Nawrath</p>				

Skilanglauf im Behinderten- und Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2114	22.-26.02.21 Wertach (Bayern)	22.01.21	32	(A) 295,- / (B) 440,- / (C) 590,-
<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> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Ski können gestellt werden</p> <p><b>Referent:</b> Christoph Sagner</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Faszien ganzheitlich betrachtet				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2116	06.03.21 Koblenz	05.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2140	12.06.21 Koblenz	14.05.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2171	06.11.21 Koblenz	08.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Ganzheitliche Betrachtung Fasziärer Strukturen. Welche Verbindung besteht zwischen der Ernährung, dem Stoffwechsel und den Faszien und welche Auswirkung hat dies schließlich auf den Bewegungsapparat.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Referent:** David Stein

Yoga für den Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2117	06.03.21 Edenkoben/Pfalz	05.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2162	11.09.21 Kaiserslautern/ Pfalz	13.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Lehrgang wird von zwei Referent\*innen, von einer Sporttherapeutin und einer Yogalehrerin, durchgeführt.

**Referentin:** Petra Faber

Sensomotorisch akzentuiertes Kraft- & Koordinationstraining im Rehasport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2120	13.03.21 Kaiserslautern	12.02.21	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:** profilübergreifend

**Referentin:** Korinna Diehl

Sarkopenie: Wenn die Muskeln im Alter schwinden				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2121	13.03.21 Kaiserslautern/ Pfalz	12.02.21	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:** profilübergreifend

**Referent:** Irmtraud Bärmann

RP

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Nachhaltiger Rehasport oder die Kunst eine Sportgruppe erfolgreich zu führen				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2122	14.03.21 Kaiserslautern/ Pfalz	12.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2154	04.09.21 Kaiserslautern/ Pfalz	06.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Dieser Lehrgang beschäftigt sich in Theorie und Praxis mit den methodischen und didaktischen Möglichkeiten des\*der Übungsleiter\*in, für einen langfristigen und nachhaltigen Reha- und Freizeitsport. Was braucht es für guten Rehasport und wie kann ich mein Angebot für die unterschiedlichsten Teilnehmer\*innen modifizieren und damit allen Teilnehmer\*innen gerecht werden.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Referentin:** Irmtraud Bärmann

Tai Chi im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2123	20.-21.03.21 Edenkoben/Pfalz	19.02.21	15	(A) 110,- / (B) 160,- / (C) 220,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wiederholung der erworbenen Kenntnissen 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

Lungensport – Innere Medizin				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2125	21.03.21 Edenkoben/Pfalz	19.02.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2196	N.N. Trier	N.N.	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Bei dieser Fortbildung geht es um die Atmung. Wie funktioniert die Atmung und wie kann die Atmung in Übungen integriert werden. Wie kann die Atmung bewusst erlebt und gelenkt werden. Es soll vermittelt werden, wie Atemnot bzw. aufsteigende Panik durch gezielte Übungen besser verkräftet werden und wie sich die Teilnehmer\*innen nicht überfordern, sondern ihre eigenen Grenzen erkennen lernen. Es werden Übungs- und Bewegungsmöglichkeiten für Gruppen im Sitzen oder Liegen gezeigt.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Referentinnen:** Jutta Remy-Bartsch und Jutta Richter

Richtig Bewegen fängt im Alltag an (Anatomie in Bewegung)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2128	10.04.21 Koblenz	12.03.21	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:** Orthopädie

**Referent:** David Stein

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

<b>Tanzen für Menschen mit Demenz / für hochbetagte Menschen (im Sitzen wie im Stehen)</b>				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2131	17.04.21 Kaiserslautern/ Pfalz	19.03.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2174	13.11.21 Kaiserslautern/ Pfalz	15.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2180	21.11.21 Koblenz	22.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Zur theoretischen Einführung in das Thema werden die Fragen behandelt:  
Was ist Demenz und welche Konsequenzen ergeben sich daraus für den Sport?  
Der Praxisteil beschäftigt sich ausgiebig mit Bewegung auf Musik, deren Vielfalt und den Vor- und Nachteilen mit Menschen mit Demenz zu tanzen.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen Rehabilitationssport und Interessierte

**Besonderheiten:** Keine Vorerfahrungen notwendig

**Referent:** Alexander Gipp

<b>Methodik – wie bringe ich jemandem Bewegungen bei? (für alle Zielgruppen)</b>				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2132	18.04.21 Edenkoben/Pfalz	19.03.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2177	14.11.21 Kaiserslautern/ Pfalz	15.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2178	20.11.21 Koblenz	22.10.21	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:** profilübergreifend

**Referent:** Alexander Gipp

<b>Myofasziales Mobilitytraining im Rehasport</b>				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr
RP-2136	15.05.21 Emmelshausen	16.04.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Beweglichkeit als Basis für einen gesunden Körper. Die Grundlage der Bewegung liegt im Zusammenspiel der myofaszialen Ketten unseres Körpers. Wir stellen Ihnen den theoretischen Background und die anatomische Basis vor, um dann vor Allem den Bezug ins Gruppentraining zu schulen. Mit und ohne Kleingeräte ist das Beweglichkeitstraining deutlich mehr als nur dehnen!

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Referent:** Andreas Ahlhorn

RP

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Myofasziales Krafttraining im Rehasport				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr
RP-2137	16.05.21 Emmelshausen	16.04.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Pumpen war gestern! Heute weiß man, dass die Muskulatur nicht die einzige Struktur ist, die unsere Kraft nach Außen bringt. Koordinatives und funktionelles Krafttraining ohne hohes Gewicht führt ebenso zum Ziel und ist ein wertvolles Mittel in Rehabilitation und Prävention. Wir stellen Ihnen den theoretischen Background und die anatomische Basis vor, um dann vor Allem den Bezug ins Gruppentraining zu schulen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referent:</b> Andreas Ahlhorn</p>				

„Verbinde Bewegung & Gedächtnis“ im Rehasport/„Faszientraining = mehr als nur Rollen“				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2138	05.06.21 Kaiserslautern	07.05.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Korinna Diehl</p>				

Fußball für Menschen mit geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2139	09.-11.06.21 Edenkoben/Pfalz	07.05.21	20	(A) + (B) 100,- / (C) 180,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Planung und Durchführung des Fußballtrainings, theoretische Erarbeitung von Trainingseinheiten, praktische Trainingsarbeit.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen und Trainer*innen aus Einrichtungen für Menschen mit geistiger Behinderung oder Übungsleiter*innen und/oder Fußballtrainer*innen und Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Pro Trainer*innen/Übungsleiter*innen können bis zu vier Spieler*innen mitgebracht werden. Kommen zwei Trainer*innen/Übungsleiter*innen aus einer Einrichtung, können entsprechend mehr Spieler*innen gemeldet werden.</p> <p><b>Referent:</b> Willi Breuer (Nationalmannschaftstrainer DBS und ehemaliger Jugendtrainer 1.FC Köln, u. a. von Lukas Podolski)</p>				

Faszientraining im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2141	13.06.21 Koblenz	14.05.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2156	12.09.21 Koblenz	13.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2181	21.11.21 Koblenz	22.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2194	19.12.21 Koblenz	19.11.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen mit keinen bzw. kaum Vorkenntnissen</p> <p><b>Referentin:</b> Schachla Zaidova</p>				

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Outdoorsport im Allgäu und Tannheimertal: Mountainbike/E-Bike, Nordic-Walking und mehr.				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2142	14.-18.06.21 Wertach (Bayern)	14.05.21	32	(A) 295,- / (B) 440,- / (C) 590,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Sicherer Umgang mit dem E-/Mountainbike. Weitere Outdoor Aktivitäten für Menschen mit Behinderung und chronischen Erkrankungen.</p> <p>Einstieg in Technik mit Videoanalyse, Touren planen und umsetzen, die Tage werden mit weiteren praktischen Angeboten ergänzt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Mountain-E-Bikes können ausgeliehen werden</p> <p><b>Referent:</b> Christoph Sagner</p>				

Rudern für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2143	18.-20.06.21 Bernkastel-Kues	21.05.21	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*innen Möglichkeiten des Para-Ruderns im Vereinsumfeld unter Berücksichtigung individueller Beeinträchtigungen und der sportartbedingten Sicherheitsaspekte.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung, 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>				

Fit am und mit dem Rollator				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2147	11.07.21 Kaiserslautern/ Pfalz	11.06.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einweisungen in das Gerät Rollator, Umgang mit dem Rollator, Gangschule, Gleichgewichtsschulung, Muskeltraining, Sturzprophylaxe, Multitasking, Bewegung mit dem Sportgerät Rollator.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen B Rehabilitationssport Innere Medizin, Orthopädie, Seniorensport</p> <p><b>Referenten:</b> Jutta Remy-Bartsch und Jutta Richter</p>				

RP

## Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Laufen – Schritte zur Gesundheit im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2149	17.07.21 Kaiserslautern/ Pfalz	18.06.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2151	14.08.21 Bitburg/Eifel	16.07.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2161	26.09.21 Kaiserslautern/ Pfalz	27.08.21	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 als aufbauendes Kursangebot das Reha-Angebot bereichern.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Referentin:** Barbara Piechottka

Qigong und Tai Chi – Fitness aus dem Reich der Mitte im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2150	18.07.21 Kaiserslautern/ Pfalz	18.06.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2166	23.10.21 Edenkoben/Pfalz	24.09.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-
RP-2189	11.12.21 Kaiserslautern/ Pfalz	12.11.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Referentin:** Barbara Piechottka

Bogenschießen für Menschen mit Behinderungen				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2157	19.09.21 Edenkoben/Pfalz	20.08.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Einführung Bogenschießen, Materialkunde, Schießtechnik, Atemtechniken, Lehrplan Einsteiger, instinktives Bogenschießen, Technik im Visier, Self-Check-Bogen.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen B Rehabilitationssport, Rollstuhlfahrer

**Besonderheiten:** Grundtechnik mit Recurvebogen

**Referent:** Walter Schuff

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Was tun bei Rheuma?				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2159	25.09.21 Koblenz	27.08.21	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> Orthopädie</p> <p><b>Referent:</b> David Stein</p>				

Bewegung, Spiel und Sport mit verhaltensauffälligen Kindern				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2164	10.10.21 Edenkoben/Pfalz	10.09.21	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 Rehabilitationssport, Lehrer*innen</p> <p><b>Referent:</b> Walter Schuff</p>				

Kompaktausbildung Sport in der Krebsnachsorge (Kölner Konsens)				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahme-Gebühr
RP-2169	Teil 1: 30.10.-02.11.21 Teil 2: 20.11.21 (Prüfungstag) Edenkoben	01.10.21	60	(A) 290,- / (B) 450,- / (C) 580,-
<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> Orthopädie</p> <p><b>Referentin:</b> Irmtraud Bärmann</p>				

Aqua-Rücken (Flachwasser)				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr
RP-2173	07.11.21 Niederfell/Koblenz	08.10.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

RP

## Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Kinderturnen inklusiv (in Kooperation mit den Turnverbänden)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2175	12.-13.11.21 Mainz	15.10.21	16	Kooperation mit Rheinhessischen Turnerbund
RP-2197	N.N. Koblenz	N.N.	16	Kooperation mit Turnverband Mittelrhein

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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 Berührungsängste 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? Diese Fortbildung dient zur Qualifizierung, dass Sie inklusive Gruppen im Kinderturnen adäquat betreuen und alle Kinder optimal fördern können. Dadurch sollen möglichst viele Kinder mit Behinderung an Kinderturn-Angeboten in Turnvereinen teilnehmen können.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen Rehabilitationssport, Übungsleiter\*in „Kindertunen“

**Referenten:** Therese Claßen und Heike Jotzo

Yoga für den Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2176	13.11.21 Ludwigshafen	15.10.21	8	BSV 40,- / Kooperationen 70,- / Sonstige 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem, d.h. es wird ein Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele durch das ausgewogene Praktizieren von körperlichen Übungen (Asanas), von Atemübungen (Pranayama), von Entspannungstechniken sowie Meditation angestrebt. Die Wirksamkeit liegt sowohl in einem deutlich spürbaren körperlichen Wohlbefinden und zunehmender Vitalität als auch in einer fühlbaren seelisch-geistigen Balance. Vermittlung von Grundlagen in Theorie und Praxis; Möglichkeiten der Integration von Yoga-Elementen in den Reha-Sport; Entwicklung sanfter Übungsprogramme

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Referentin:** Annette Alexander

Rehabilitationssport für Teilnehmer*innen mit Multiple Sklerose				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2182	21.11.21 Kaiserslautern/ Pfalz	22.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Dieser Lehrgang vermittelt ein fundiertes Wissen über die Erkrankung Multiple Sklerose und die Möglichkeit und Durchführung von Rehasport mit Betroffenen.

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Referentin:** Irmtraud Bärmann

Sport und Lungenerkrankungen, Spezialisierung Kinder				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2183	21.11.21 Edenkoben/Pfalz	22.10.21	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen Rehabilitationssport, Fachpersonal in Rehaeinrichtungen u. a.

**Referent:** Walter Schuff

# Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

Aqua-Fitness für Senioren – im Flachwasser				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2184	21.11.21 Niederfell/Koblenz	22.10.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

Alte und neue Trends (Flachwasser)				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2188	05.12.21 Niederfell/Koblenz	05.11.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

Wassergymnastik – Aktiv bis 100 – im Flachwasser				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2195	19.12.21 Niederfell/Koblenz	19.11.21	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> profilübergreifend</p> <p><b>Referentin:</b> Ruth Jäger</p>				

Rehasport bei Adipositas / Gesundheit gewinnen – Pfunde verlieren				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2198	13.-15.05.21 Edenkoben/Pfalz	16.04.21	24	(A) 180,- / (B) 250,- / (C) 360,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 Teilnehmer*innen ein fundiertes Hintergrundwissen zum Krankheitsbild der Adipositas und ein spezifisches, praktisches Wissen vermittelt. Ziel ist die Befähigung zum Aufbau von speziellen Adipositas-Sportgruppen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Auch für Teilnehmer*innen am Rehasport geeignet</p> <p><b>Referentin:</b> Irmtraud Bärmann</p>				

## Fortbildungen – Rheinland-Pfalz

„Index für Inklusion im und durch Sport“ erfolgreich anwenden				
LG-NR.	Termine / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
RP-2199	N.N.	N.N.	8	(A) 40,- / (B) 70,- / (C) 110,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Lernen Sie den „Index für Inklusion im und durch Sport“ als Hilfsmittel und Werkzeug für die Umsetzung von Inklusion in Ihrem Verein kennen. In Theorie (Was ist der Index?) und Praxis (Wie setze ich ihn konkret um?) werden vielfältige Möglichkeiten aufgezeigt, mit dem Index zu arbeiten und Inklusion im Bereich der Vereinskulturen, Vereinsstrukturen und Vereinspraktiken auf- und auszubauen. Sie werden dabei auch Ihre Vereins-situation analysieren.

**Zielgruppe:** Führungsverantwortliche aus Sportvereinen, interessierte Multiplikator\*innen aus Sportvereinen

**Besonderheiten:** keine Vorerfahrung mit dem Index notwendig



Foto: Picture Alliance

# 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](#)

MTT – Hüfte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2107/1	22.-23.01.21 Völklingen	08.01.21	16	BRS Saarland 140,- / andere LV 150,- / Sonstige 160,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie, Anatomie, Tests, Therapie, Praxis <b>Referentin:</b> Sabine Stefan <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, MTT-Interessierte, Physiotherapeut*innen <b>Besonderheiten:</b> Teil 1 Online (Freitag von 08.00-12.00 Uhr); Teil 2 Präsenzphase (Samstag 08.30-17.30 Uhr)				
MTT – OSG				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2107/2	25.-26.06.21 Völklingen	11.06.21	16	BRS Saarland 140,- / andere LV 150,- / Sonstige 160,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie, Anatomie, Tests, Therapie, Praxis <b>Referentin:</b> Sabine Stefan <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, MTT-Interessierte, Physiotherapeut*innen <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr				
MTT – Schulter				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2107/3	29.-30.10.21 Völklingen	15.10.21	16	BRS Saarland 140,- / andere LV 150,- / Sonstige 160,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie, Anatomie, Tests, Therapie, Praxis <b>Referentin:</b> Sabine Stefan <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, MTT-Interessierte, Physiotherapeut*innen <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr				
MTT – wissenschaftliches Update				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2107/4	17.-18.12.21 Völklingen	03.12.21	16	BRS Saarland 140,- / andere LV 150,- / Sonstige 160,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praxis der Medizinischen Trainingstherapie, Anatomie, Tests, Therapie, Praxis <b>Referent:</b> Alexander Beckmann <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, MTT-Interessierte, Physiotherapeut*innen <b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr				

online

TS

# Fortbildungen – Saarland

Der*die chronische Schmerzpatient*in				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/1	19.-20.02.21 Völklingen	05.02.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der chronische Schmerzpatient, Entspannungsverfahren, Schmerzverlernungs-Strategien – Sonderteil: Qigong</p> <p><b>Referenten:</b> Sabine Stefan, Volker Schwinn</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr</p>				
Praxis pur – Wirbelsäulengymnastik in allen Facetten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/2	30.04.-01.05.21 Völklingen	16.04.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praxis pur: Wirbelsäulengymnastik in allen Facetten, Training mit Redondo-Bällen, Stäben, Pezzi-Bällen, Kurzhanteln, Flexibar, Therabändern u. v. m</p> <p><b>Referenten:</b> Simone Monz, Matthias Bauer</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr</p>				
Rehasport mit Kindern inkl. 1. Hilfe am Kind				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/3	28.-29.05.21 Völklingen	14.05.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> verschiedene Krankheitsbilder incl. Adipositas sowie Erste Hilfe bei Kindern</p> <p><b>Referenten:</b> Sabine Stefan, Wolfgang Baltes</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr</p>				
Rehasport meets Pilates				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/4	02.-03.07.21 Völklingen	18.06.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wir verlieren zunehmend die Balance zwischen mentaler und körperlicher Gesundheit. Fitnessübungen und Sportarten ohne Balance wirken nur kurzfristig. Meistens sind sie mittelfristig sogar kontraproduktiv.</p> <p><b>Referentin:</b> Christin-Nicole Hebach</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Freitag ab 15 Uhr</p>				

# Fortbildungen – Saarland

## Ausdauertraining mal anders für „drinnen“ und „draußen“

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/5	23.-24.07.21 Völklingen	09.07.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Grundlagen des Ausdauertrainings – Refresher – Pulsmessung. Einführung in die Technik des Nordic-Walkings „Indoor und Outdoor“. Ausdauer besser verstehen anhand verschiedener Krankheitsbilder.

Referenten: Sabine Stefan, Rike Sonnenschein

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Freitag ab 15 Uhr

Bitte eigene Nordic-Walking Stöcke mitbringen

## Entspannung im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2108/6	10.-11.12.21 Völklingen	26.11.21	16	BRS Saarland 130,- /andere LV 140,- / Sonstige 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Entspannung im Rehasport, Stress und die gesundheitlichen Folgen, PME, AT, Chakren Arbeit & Meditation als sinnvolles Stundenelement

Referentin: Sabine Stefan

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Freitag ab 15 Uhr

## Qigong im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/1	16.01.21 Völklingen	04.01.21	8	BRS Saarland 70,- /andere LV 75,- / Sonstige 80,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Seelische Blockaden lösen. Wege aus dem Teufelskreis der Überbelastung. Die Übungen verbessern die Haltung und entspannen Körper und Geist zugleich. Sie eignen sich auch als Entspannungsteil in der Rehasunde.

Referent: Volker Schwinn

**Zielgruppe:** profilübergreifend

## Workshop Faszie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/2	06.03.21 Völklingen	19.02.21	8	BRS Saarland 70,- /andere LV 75,- / Sonstige 80,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das eigene Übungsrepertoire durchleuchten: bei welcher Übung trainiere ich schon immer die Faszien mit?

Referentin: Sabine Stefan

**Zielgruppe:** Orthopädie

## Parkinson und motorische Grundlagen... besser verstehen und schulen / Teil 1

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/3	10.07.21 Onlineschulung	25.06.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Anatomie und Physiologie der neuronalen Strukturen, Pathophysiologie bei Morbus Parkinson, Sensomotorik, Propriozeption oder Koordination? Parkinson „Motorische Aspekte der Arbeitswelt“ → Nutzen und Erkennen

Referenten: Sabine Stefan, Rike Sonnenschein

**Zielgruppe:** profilübergreifend

**Besonderheiten:** Online Seminar – Systemvoraussetzung: Windows 10, Google-Chrom, Mikrofon/Kamera, stabiles WLAN

TS

## Fortbildungen – Saarland

Parkinson und motorische Grundlagen... besser verstehen und schulen / Teil 2				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/4	31.07.21 Völklingen	17.07.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Bewegungsanalyse, Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit bei Parkinson, Ganzkörperübungen, Körperzentrierung, Praxisübungen „SEI Groß“ Fein- und Feinst Koordination – Handtraining...</p> <p><b>Referenten:</b> Sabine Stefan, Rike Sonnenschein</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Qigong mit Schwerpunkt „Sturzprophylaxe“				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/5	27.11.21 Völklingen	12.11.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Übungen zur entspannten Körperhaltung, zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und zur Stabilisierung der Gleichgewichtsfähigkeit.</p> <p><b>Referent:</b> Volker Schwinn</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Praxis pur: Zirkeltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/6	04.12.21 Völklingen	20.11.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Zirkelprogramme zur Qualitätssicherung für Übungsleiter-Einsteiger in Bezug auf Ausdauer, Kraft und Koordination</p> <p><b>Referentin:</b> Sabine Stefan</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Adipositas				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2109/7	15.01.21 Völklingen	04.01.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-
SL-2109/8	26.11.21 Völklingen	12.11.21	8	BRS Saarland 70,- / andere LV 75,- / Sonstige 80,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wissenschaftliche Grundlagen zur Indikation Adipositas mit den Schwerpunkten Bewegung und Ernährung nach den Nationalen Leitlinien S3. Vorstellung des neuen Gruppenkonzepts</p> <p><b>Referenten:</b> Martina Hoffmann-Kümmel, Jörg Paqué</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin</p>				

Kurzlehrgang Reanimation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SL-2110	05.06.21 Völklingen	28.05.21	4	BRS Saarland 25,- / andere LV 30,- / Sonstige 35,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>Referent:</b> Wolfgang Baltés</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

# Fortbildungen – Sachsen



SÄCHSISCHER BEHINDERTEN- UND  
REHABILITATIONSSPORTVERBAND E.V.  
VERBAND FÜR REHABILITATIONS-, BREITEN- UND LEISTUNGSSPORT

Sächsischer Behinderten- und  
Rehabilitationssportverband 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](#)

Hatha-Yoga im Rehabilitationssport bei verschiedenen Bewegungseinschränkungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 01-01	16.01.21 Leipzig	18.12.20	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Theoretische Einführung in die Yoga-Praxis (wesentliche Methoden und Techniken)</li> <li>Umfangreicher Praxisteil mit allgemeinen Yoga-Übungen zur Verbesserung der Bewegungsfähigkeit und Entspannung des Organismus</li> <li>Gezielte Bewegungsfolgen bei Einschränkungen im Bereich der Wirbelsäule, des Schulter- und Beckengürtels und der großen Gelenke ( Knie-, Hüft-, Schultergelenke)</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie				
Stundenvariationen Wassergymnastik im Flachwasser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 02-01	23.01.21 Leipzig	18.12.20	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Besonderheiten des Elementes Wasser</li> <li>Nutzung diverser Kleingeräte für variable Stundeninhalte</li> <li>Planung individueller Schwierigkeitsgrade nach Leistungsvermögen der Teilnehmer*innen</li> <li>Erfahrungsaustausch</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Neurologie				
Die Feldenkrais-Methode im Rehabilitationssport – Selbstkompetenz durch tiefensensible Körperwahrnehmung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 03-01	29.-30.01.21 Leipzig	23.12.20	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Theoretische und praktische Einführung in die Feldenkrais-Methode</li> <li>Tiefensensible Wahrnehmung von Bewegungsgewohnheiten erkennen und verändern unter Berücksichtigung der idealen Anatomie und Physiologie, abgestimmt auf den aktuellen Gesundheitszustand</li> <li>Zur Verbesserung der Beweglichkeit, Wohlsinnigkeit (Homöostase zw. An- und Entspannung) und Atmung, Eigenwahrnehmung, Selbstkompetenz</li> <li>Anwendung, Nutzen im Alltag, Grenzen der Methode</li> </ul>				

# Fortbildungen – Sachsen

Wasser und mehr: Übungsangebote im Herzsport mit Anteilen im Wasser				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 04-02	26.-27.02.21 Bad Elster	29.01.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Herz/Kreislauftraining unter verschiedenen Voraussetzungen und mit Übungsanteilen im Wasser
- Yoga und Faszientraining, kardiale Ausrichtung
- Koordinationstraining, Gehirntraining mit Alltags- und Kleingeräten
- variables Herzfrequenztraining – ein theoretischer Teil

**Zielgruppe:** Innere Medizin, Orthopädie

Trommel Dich fit mit Drumsticks und Pezziball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 05-02	27.02.21 Leipzig	29.01.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 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 Choreographien für verschiedene Alters- und Fitnessgruppen

Der Beckenboden – unsere innere Kraftquelle				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 06-03	06.03.21 Chemnitz	05.02.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Aufbau und Struktur des Beckenbodens
- Wahrnehmungs-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen kennenlernen und anleiten können
- Selbsterfahrung, Alltagsintegration und Transferierung in den Rehabilitationssport
- Einzel- und Partnerübungen

therapie Leipzig – Messe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 07-03	11.-13.03.21 Leipzig			<a href="http://www.therapie-leipzig.de">www.therapie-leipzig.de</a>

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Informationen zu den Fortbildungsveranstaltungen können dem Kongressprogramm therapie Leipzig 2021 unter [www.therapie-leipzig.de](http://www.therapie-leipzig.de) entnommen werden.

**Besonderheiten:** 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.

Pilates im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 08-03	20.03.21 Leipzig	19.02.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 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 Rehasport (Übungsbeispiele, Krankheitsbilder und Fehlhaltungen)
- Übungen mit und ohne Geräte

# Fortbildungen – Sachsen

Inklusion

Rollt! – Der Rollstuhl ist mehr als nur ein Hilfsmittel				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 01-03	20.03.21 Leipzig	19.02.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport- und Bewegungsangebote mit und um den Rollstuhl herum</li> <li>• Spiele und Spielformen</li> <li>• Rollstuhl-Aerobic</li> <li>• Sportangebote</li> <li>• Sport im Rollstuhl in inklusiven Gruppen</li> </ul> <b>Besonderheiten:</b> der Kurs ist für Menschen mit und ohne Rollstuhl gleichermaßen geeignet				

Belastungssteuerung bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 09-03	26.-27.03.21 Leipzig	26.02.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <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> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin				

Kreativer, sportlicher Austausch mit intellektuell beeinträchtigten Menschen im Rahmen der Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 02-03	27.03.21 & 17.04.21 Dresden	26.02.21	15	SBV-MG 70,- / DBS-MG 140,- / Extern 140,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Begleitung geistig behinderter Menschen bei der Ausbildung zum* zur Übungsleiter-Assistent*in</li> <li>• gemeinsame Erarbeitung von theoretischen und praktischen Inhalten</li> <li>• Unterstützung der Menschen mit geistiger Behinderung beim Anleiten und Durchführen von Übungen</li> <li>• Erlernen einfacher Kommunikation sowie den Umgang mit geistig behinderten Menschen</li> <li>• Anleitung einfacher Spiel- und Übungsformen</li> <li>• Gruppenregeln (Vorbildfunktion)</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung <b>Besonderheiten:</b> für und mit Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung				

Wie öffne ich meinen Verein für Menschen mit Beeinträchtigung? – Die inklusive Vereinsarbeit				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 03-04	13.04. & 20.04.21 Web-Seminar	12.03.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. <b>Zielgruppe:</b> Vereinsmanager*innen, interessierte Multiplikator*innen aus Sportvereinen <b>Besonderheiten:</b> Die Fortbildung wird als Web-Seminar mit jeweils 3 LE angeboten, zus. 2 LE Selbststudium				

5

# Fortbildungen – Sachsen

Elemente des Qigong in der Rehabilitation				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 10-04	17.04.21 Dresden	19.03.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Vermittlung allgemeiner Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin
- Vermittlung der Grundlagen des Qigong als meditatives Bewegungssystem
- Erspüren von inneren und äußeren Blockaden
- Erlernen harmonischer Bewegungsformen des Qigong
- Erlernen ausgewählter Körperübungen und ihr Bezug zu richtiger Atemtechnik

Faszientraining im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 11-04	24.04.21 Leipzig	26.03.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Was sind Faszien (Aufbau und Funktion)?
- Einflussfaktoren auf unsere Faszien
- Grundlagen und Ziele des Faszientrainings
- Das „Joint by Joint“ Prinzip des Faszientrainings
- Übungen zur Verbesserung der Mobilität und Stabilität und zur Schmerzbehandlung von orthopädischen Erkrankungen, insbesondere von Rückenschmerzen

**Zielgruppe:** Orthopädie

Vielfältig und bunt – so zeigt sich der Sport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 04-05	08.05.21 Leipzig	09.04.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Theorie: Einführung in die Thematik "Inklusion im und durch Sport"
- Theorie & Praxis: Didaktik und Methodik des inklusiven Sports – Erste Herangehensweisen
- Theorie: Einschränkung, Behinderung, besondere Bedarfe & Ansatz einer Kategorisierung
- Praxis: "Good Practice"
- Reflexion und Ausblick, inklusive Wünsche zu vertiefenden Seminaren oder Themenblöcken

**Besonderheiten:** der Fokus liegt auf der Arbeit mit heterogenen Gruppen

Rehabilitationssport bei Zivilisationskrankheiten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 12-06	31.5.-05.06.21 Leipzig	30.04.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Entstehung, Diagnostik, Prävention und Umgang im Alltag
- Besprechung der häufigsten Krankheitsbilder
- Praktische Herangehensweise, Belastungssteuerung
- Möglichkeiten einer individuellen, auf die Teilnehmer\*innen zugeschnittenen Therapie im Rehabilitationssport
- Erfahrungsberichte, Studienlage, Diskussion

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als *Blended-Learning-Veranstaltung* durchgeführt. Sie beinhaltet eine Online-Phase in der 22. KW und einen Präsenztage am 05.06.21

Inklusion

online

# Fortbildungen – Sachsen

ICF als Mittel zur Planung und Gestaltung von Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 13-06	07.-12.06.21 Leipzig	07.05.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

online

## Ziele, Methoden, Inhalte:

- Begriffsbestimmung, Modellvorstellung
- Gesundheit und Behinderung
- Fallbeispiele in der Orthopädie/Inneren Medizin
- ICF als Planungsinstrument für die Fallbeispiele
- Zielplanung – Übungsauswahl – Übungsgestaltung – Dosierung

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als *Blended Learning Veranstaltung* durchgeführt. Sie beinhaltet einen Online-Phase in der 23. KW und einem Präsenztage am 12.06.21

Eine Sportveranstaltung barrierefrei bewerben – Kommunikation leicht gemacht!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 05-06	15.06. & 22.06. Web-Seminar	14.05.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-

Inklusion

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Das Web-Seminar hilft Ihnen dabei, die Grundlagen und das entsprechende Werkzeug zu sammeln, um in Ihrem Verein besser auf die kommunikativen Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung eingehen zu können. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Ihre Sportveranstaltungen barrierefrei bewerben können und was der Unterschied zwischen Leichter Sprache, Einfacher Sprache und Alltagssprache ist.

**Zielgruppe:** Vereinsmanager\*innen, interessierte Multiplikator\*innen aus Sportvereinen, Öffentlichkeitsarbeit

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als Web-Seminar mit jeweils 3 LE angeboten, zus. 2 LE Selbststudium

Nordic Walking im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 14-06	18.-19.06.21 Leipzig	21.05.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

## Ziele, Methoden, Inhalte:

- Implementierung in den Rehabilitationssport unter Beachtung verschiedener Indikationen
- Grundtechniken und Technikvarianten im Rehabilitationssport
- spezielle Mobilisierungs-, Kräftigungs- und Dehnungsübungen
- Kursorganisation

**Zielgruppe:** Orthopädie, Innere Medizin

Kundalini Yoga für Rollstuhlfahrer*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 06-06	26.06.21 Leipzig	28.05.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-

Inklusion

## Ziele, Methoden, Inhalte:

- Abwandlung der Yoga-Praxis für Rollstuhlfahrer\*innen – wie kann ich Yoga im Sitzen praktizieren, wenn ich selbst im Rollstuhl sitze? Oder eine\*r meiner Teilnehmer\*innen ist auf einen Rollstuhl angewiesen?
- Welchen Bewegungsspielraum habe ich? Kann meine Gruppe auch durchmischte sein?
- Was ist mit den Teilnehmenden, die nicht im Rollstuhl sitzen?
- Eigener Praxisteil für Anleitende mit Übungsfolgen, Entspannung und Meditation
- Inklusiver Ansatz – wer ist im Kurs und warum?

**Besonderheiten:** der Kurs ist für Menschen mit und ohne Rollstuhl gleichermaßen geeignet

# Fortbildungen – Sachsen

online

## Demenz und Bewegung – das geht! Praxisangebote für Angehörige

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 15-09	06.-10.09.21 Leipzig	06.08.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Ganzheitlich Denken – Basis und Ziel im Rehabilitationssport
- Symptome, Schweregrade und Einteilung von demenziellen Erkrankungen
- Besonderheiten der Sportangebote, Mitarbeit der Angehörigen
- Umgang mit belastenden und schwierigen Situationen
- Kommunikation und Übungsleiterverhalten

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als *Blended-Learning-Veranstaltung* durchgeführt. Sie beinhaltet ein Web-Seminar am 06.09.21, Erfüllung von Online-Aufgaben vom 07.-09.09 und eine Präsenzphase am 10.09.21

Inklusion

## Im Sport gemeinsam – ein Angebot für ALLE schaffen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- I 07-09	10.09.21 Chemnitz	13.08.21	8	SBV-MG 35,- / DBS-MG 70,- / Extern 70,-

### 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

## Konventionelle Therapieformen und neue technikgestützte Ansätze in der Neurorehabilitation

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 16-09	18.09.21 Chemnitz	20.08.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Trainingsinhalte zur motorischen Rehabilitation der oberen Extremität (am Beispiel Schlaganfall) und der unteren Extremität (am Beispiel M. Parkinson)
- Besondere Herausforderungen im Umgang mit neurologischen Patient\*innen
- Digitale Medien zum Training der kognitiven Fähigkeiten
- Exemplarische Gestaltung einer Rehasportstunde für neurologische Patient\*innen

**Zielgruppe:** Neurologie

## Yoga barrierefrei für Menschen mit körperlichen Einschränkungen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 17-09	25.09.21 Dresden	27.08.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

### Ziele, Methoden, Inhalte:

- Anpassung von Yoga-Übungen für Menschen mit körperlichen Einschränkungen (z. B. bei Querschnittlähmung, Schlaganfall, Ataxie, Amputationen etc.)
- Vermittlung von Körperübungen sowie von Atem-, Meditations- und Entspannungstechniken
- Teilnehmer\*innen praktizieren die Yoga-Übungen selbst und lernen, wie diese für ihre Zielgruppen (z. B. Menschen im Rollstuhl) angewendet werden können

## Fortbildungen – Sachsen

<b>Seniorenport mit Schwerpunkt Pezziball- und Hockergruppen</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 18-09	25.09.21 Dresden	27.08.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundeigenschaften im Rehabilitationssport</li> <li>• Bewegungsanbahnung und Besonderheiten beim Training mit Älteren</li> <li>• Vorstellung exemplarischer Stundenbilder, Variationen bei der Erwärmung</li> <li>• Kräftigungsübungen mit verschiedenen Kleingeräten (Therabänder, Säckchen, Ringe etc.)</li> <li>• Gangparcours, Gleichgewichtsschulung, Kreistraining</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Orthopädie				
<b>Gefäßtraining – Rehabilitationssport und Lymphentstauungsgymnastik für Lip- und Lymphödempatient*innen</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 19-10	02.10.21 Leipzig	03.09.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lip- und Lymphödemerkrankungen in Ursache, Verlauf und Therapie kennenlernen</li> <li>• Entstauungsgymnastik für Lip- und Lymphödempatient*innen theoretisch und praktisch erarbeiten</li> <li>• Chance des Rehabilitationssports für Lymphpatient*innen</li> <li>• Stundenbilder und Übungsvorschläge</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin				
<b>Einführung in die traditionelle chinesische Medizin ( Qigong / medizinisches Qigong)</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 20-10	09.10.21 Chemnitz	10.09.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• theoretische Einführung in die traditionelle chinesische Medizin (5 Säulen)</li> <li>• spezielle Vertiefung der Säule Qigong/med. Qigong</li> <li>• Anwendungsgebiete in der Praxis für Therapeut*innen</li> <li>• Effekte und Wirkungen von Qigong</li> <li>• Praktizieren einer Übungsfolge Qigong</li> </ul>				
<b>Refresher Herzsport – Varianten der Mobilisation im Herzsport</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 21-11	06.11.21 Leipzig	08.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kardiologisches Update (wichtigste Krankheitsbilder, Medikamentenkunde, kardiales Notfallmanagement)</li> <li>• Möglichkeiten und Grenzen beim Herzsport</li> <li>• Variationen hinsichtlich Ausgangspositionen und Ausführungsgeschwindigkeit</li> <li>• Spielerische Übungsformen und Übungen mit Musik zur moderaten Herz-Kreislauf-Belastung</li> </ul> <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin				

# Fortbildungen – Sachsen

Wassergymnastik im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 22-11	06.11.21 Ostsachsen	08.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Besonderheiten bei Übungen im Wasser
- Kontraindikationen und Vorsichtsmaßnahmen
- Möglichkeiten der Beeinflussung der Übungsintensität
- Stundenaufbau und -planung
- Eigenerfahrungen und Erfahrungsaustausch mit und ohne Kleingeräte

Der Ball – beliebtes und universell einsetzbares Trainingsgerät				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 23-11	13.11.21 Leipzig	15.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Vorstellung einzelner Sequenzen und ganzer Stundenbilder
- Einzel-, Partner- und Kleingruppenübungen
- Funktionelles Training
- Mögliche Progression & Regression der vorgestellten Übungen
- Einsatz verschiedener Ballarten und -größen

**Zielgruppe:** Orthopädie



Berühren & Begeistern – Kommunikation & Prävention, die wirkt				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 24-11	13.-29.11.21 Leipzig	15.10.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Klarheit in der Kommunikation herstellen & Missverständnisse vermeiden
- Selbstbewusst vor Gruppen stehen & Menschen begeistern
- Praxisnahe Anwendung von Motivations-Psychologie für mehr Menschenkenntnis, Empathie und Verbindung

**Besonderheiten:** Diese Fortbildung wird als *Blended-Learning-Veranstaltung* durchgeführt. Sie beinhaltet eine Präsenzphase am 13.11.21, Erfüllung von Online-Aufgaben vom 14.-28.11.21 und ein Web-Seminar am 29.11.21

Faszientraining mit Kleingeräten (u. a. dem MultiElastiBand)				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 25-11	20.11.21 Dresden	29.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Theorie Faszien (Struktur, fasziale Verklebungen, Ursachen/Folgen)
- Vorstellen Kleinstgeräte (Faszienbälle und -rollen, MultiElastiBand, Holzstab)
- Gewebs-Verklebungen spüren/fühlen
- Intervention Faszienrollen von Fuß bis Kopf/Stirn
- Intervention MultiElastiBand: Kräftigung phasischer Muskulatur + Lockerung tonischer Muskulatur + Lösung faszialer Verklebungen

**Zielgruppe:** Orthopädie

# Fortbildungen – Sachsen

<b>„Aus der Praxis für die Praxis – ein bunter Bewegungstag für Körper, Geist und Seele“</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 26-11	27.11.21 Bad Elster	22.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 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

<b>Rhythmus und Bewegung im Training bei neurologischen Erkrankungen</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 27-11	27.11.21 Leipzig	22.10.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Spezielle Symptomatik bei verschiedenen neurologischen Krankheitsbildern
- Entwicklung von koordinativen und konditionellen Fähigkeiten im Einklang mit dem Körperrhythmus
- Vermittlung von rhythmischen Körperübungen und Bewusstmachen von Abläufen im Körper
- Bewegungsübungen aus der Tanztherapie mit 2/4, 3/4, 4/4 Takt

<b>Partizipation als Leitgedanke in der Planung und Umsetzung von Übungseinheiten im Rehabilitationssport</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 28-12	04.12.21 Markkleeberg	05.11.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Partizipation als Leitgedanke in der Planung und Umsetzung von Übungseinheiten im Rehabilitationssport
- Partizipative Zielfindung und Definition
- Kennzahlen für die Zieldefinition im Rehabilitationssport (Funktionelle Tests, Sporttests etc.)
- Zielorientierte Maßnahmenplanung
- Verknüpfung der Übungsauswahl mit dem partizipativen Ziel

<b>Entspannung leicht gemacht im Rehabilitationssport</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- F 29-12	10.-11.12.21 Markkleeberg	12.11.21	15	SBV-MG 100,- / DBS-MG 180,- / Extern 300,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Bloß keinen Stress mit der Entspannung
- Zur Selbstfürsorge und zum Energieausgleich
- Angebote zum Kennenlernen
  - im Autogenen Training (AT, n. Schultz)
  - Konzentrativer Entspannung (KoE, n. Wilda-Kiesel)
  - Progressiver Muskelentspannung (PMR, n. Jacobson)
- - Stille Qigong (n. Li Zhi-Chang), Augen-Qigong (n. Dr. Chen Wan-Chung) o. Finger-Qigong



# Fortbildungen – Sachsen

Prüfer*innen – Lehrgang Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
S- DSA-1	16.04.21 Bautzen	19.03.21	8	SBV-MG 50,- / DBS-MG 90,- / Extern 150,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:**

- Diese Fortbildung hat zum Ziel, Teilnehmer\*innen für die Abnahmen von Sportabzeichen-Prüfungen von Menschen mit Behinderungen zu qualifizieren
- Vermittlung der behinderungsspezifischen Besonderheiten des Deutschen Sportabzeichens:
  - Leistungskatalog
  - Gerätekunde
  - Klassifizierung
  - Didaktik und Methodik
  - Anerkennung von Leistungen
  - Gesundheitliche Besonderheiten

**Besonderheiten:** Teilnahmevoraussetzung für die Fortbildung ist die Prüflizenz Deutsches Sportabzeichen



Foto: DBS

# 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](#)

Mobility Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F01	23.-24.01.21 Halle (Saale)	28.11.20	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Verbesserung der Beweglichkeit ist das Hauptthema dieser Weiterbildung. Durch eine Vielzahl an Übungen und Variationen kann das Training an jedes Niveau angepasst werden. Jede einzelne Übung aus den 3 Trainingsbereichen wird besprochen und erklärt. Das Training ist faszinierend, abwechslungsreich, sehr motivierend und anstrengend zugleich.</p>				

Übungen rund um Einschränkungen der unteren Extremitäten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F02	26.-27.02.21 Magdeburg	01.01.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Teilnehmer*innen erweitern ihre theoretischen und praktischen Kenntnisse über das Übungsrepertoire bei Erkrankungen der unteren Extremitäten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomische Grundlagen und Trainingsmethodik (zur Auffrischung bzw. zum Wissensaufbau)</li> <li>• Übungen auf instabilem Untergrund, mit Slidermaterialien und mit dem Pezziball nach Knieverletzungen</li> <li>• Übungen mit Zugbändern nach Oberschenkelfraktur und bei Endoprothesen</li> </ul>				

Autogenes Training im Rehabilitationssport mit entspannenden Übungselementen zur Aktivierung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F03	06.-07.03.21 Weißenfels	09.01.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p>				

Achtsam-Sein-Grundlage für Gesundheit und Wohlbefinden				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F04	16.-17.04.21 Magdeburg	19.02.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine bewusste Körper- und Selbstwahrnehmung auf der Basis von Achtsamkeit ist die Grundlage für die geistige und körperliche Gesundheit und Heilung sowie ein freudvolles, selbstbestimmtes Leben. Mit einfachen, effektiven und manchmal überraschenden Übungen und Methoden gibt es Impulse zur Stärkung der bewussten Wahrnehmung. Dabei werden wichtige Erkenntnisse aus der (Neuro-)Wissenschaft berücksichtigt und immer wieder wird der Bezug zum bewegten Alltag hergestellt. Bezogen auf verschiedene Beschwerdebilder erarbeiten wir uns die praktischen Anwendungsmöglichkeiten in den Übungsgruppen.</p>				

# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

Yoga trifft Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F05	17.-18.04.21 Halle (Saale)	20.02.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
SAN-21-F11	25.-26.09.21 Magdeburg	31.07.21.	15	
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Sonnengruß – Theorie und Praxis</li> <li>• Yogastile: Was sind die Unterschiede und inwieweit sind sie anwendbar im Rehasport?</li> <li>• Lasst uns Kinder sein: Kinder und Yoga – was ist anders?</li> <li>• Seniorensport: Yoga auf dem Stuhl</li> <li>• Atmung und Yoga: Der Weg zur Entspannung</li> <li>• Spiralen im Körper: Yoga als Therapie</li> </ul>				

Outdoorsport und Zirkeltraining inkl. Reanimationsschulung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F06	11.-12.06.21 Halle (Saale)	16.04.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Outdoorsport bedeutet mit den Elementen der Natur in Kontakt zu kommen. Sich mit dem Wetter auseinander zu setzen 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 und das klassische Zirkeltraining an sich. 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. Inkl. Reanimationsschulung				

Walking und Nordic Walking bei wichtigen neurologischen Krankheitsbildern				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F07	19.-20.06.21 Halle (Saale)	24.04.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Das Gangbild ist bei neurologischen Krankheitsbildern oft verändert. Da das Gehen eine angeborene Fortbewegungsart ist kann man sie nutzen, um den Körper (wieder) in Bewegung zu bringen, ohne etwas ganz Neues lernen zu müssen. Gehen bzw. Walken kann vielfältig variiert werden. Das Gehen mit Stöcken bzw. Nordic-Walking ist eine weitere koordinative Herausforderung und ermöglicht außerdem zusätzliche Funktionsübungen, da die Stöcke als Übungsgerät genutzt werden können.				

Die Franklin-Methode – gesund und beweglich von Kopf bis Fuß				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F08	25.-26.06.21 Blankenburg	30.04.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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".				

Koordiniert und sicher im Alltag – Sturzprophylaxe mit TOGU				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F09	02.-03.07.21 Nordharz OT Stapelburg	07.05.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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.				

# Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

„Die stabile Mitte“				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F10	11.-12.09.21 Dessau-Roßlau	17.07.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Körpermitte muskulär zu stabilisieren ist Kernthema verschiedener Trainingsmethoden, wie z. B. bei Pilates oder in der Rückenschule. In dieser Fortbildung werden zum einen die wichtigsten anatomischen Strukturen des Stütz- und Bewegungsapparates der Rumpfmittle und deren Bedeutung für die Körperhaltung besprochen und zum anderen Übungen zur Wahrnehmung, Kräftigung, Dehnung und Entspannung für diese wichtige Körperregion durchgeführt.</p>				

Wassergymnastik im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F12	02.10.21 Halle (Saale)	07.08.21	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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 Weiterbildung 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>				

Drums alive und Tanzen inklusiv				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F13	09.10.21 Magdeburg	14.08.21	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Beim Trommeln zu mitreißender Musik wird das Rhythmusgefühl, die Konzentration und Beweglichkeit gesteigert und Alltagsstress abgebaut. Ganz egal ob jung oder alt, fit oder untrainiert, schlank oder übergewichtig, mit oder ohne körperliche und geistige Einschränkung, an erster Stelle soll es Spaß machen, deine Füße zum Stampfen und deinen Körper in Bewegung bringen. Im zweiten Teil der Fortbildung lernen wir, jede*n Teilnehmer*in zum Tanzen zu bringen und Tanzstunden aufzubauen. Beispiele für Bewegungsspiele im Tanz, Schrittkombinationen, Übungen zum Gleichgewicht und Rhythmus werden ebenso vermittelt.</p>				

Kraftvoll aus dem Wasser, wie funktioniert das?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F14	13.-14.11.21 Halle (Saale)	18.09.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomische und physiologische Grundlagen der Aquafitness</li> <li>• Grundlagen des Krafttrainings im Wasser (Theorie und Praxis)</li> <li>• Mehrperspektivische Bewegungsprogramme im Wasser</li> <li>• Ernährung und Bewegung im Wasser, Co-Effekte</li> </ul>				

„Ganz entspannt“				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F15	20.11.21 Dessau-Roßlau	25.09.21	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Es gibt verschiedene Möglichkeiten, den Körper vor allem am Ende einer Übungseinheit körperlich, aber auch mental zu entspannen. Dabei kann der Fokus auf den Körper oder die Atmung gerichtet sein, oder man begibt sich gedanklich auf eine Reise oder an einen anderen Ort. Entspannungstechniken müssen genauso gelernt werden wie eine körperliche Übung und können im besten Fall in den Alltag übernommen werden.</p>				



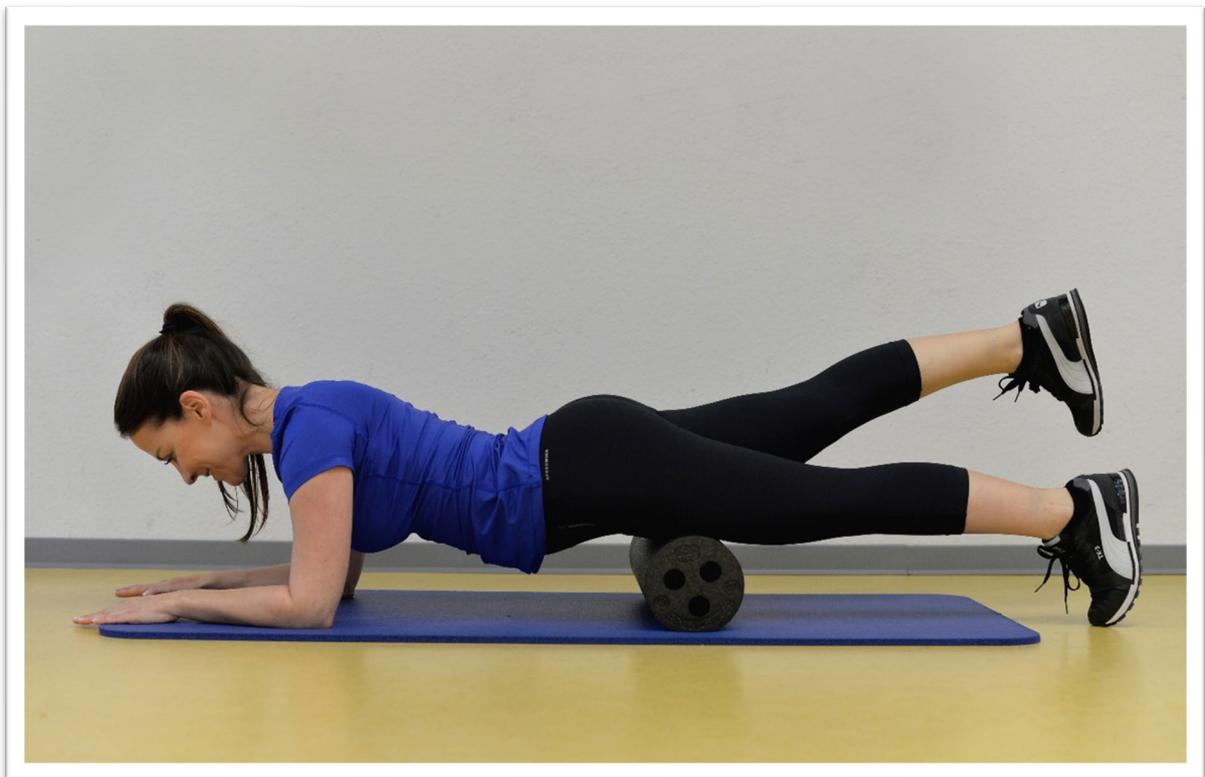
## Fortbildungen – Sachsen-Anhalt

Faszien Zirkeltraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F16	20.-21.11.21 Halle (Saale)	25.09.21	15	BSSA-Mitglieder 85,- / DBS-Mitglieder 115,- / Sonstige 230,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Weiterbildung geht es um eine Kombination aus aktiven Sprung- und Schwungbewegungen, dynamischen Dehnungsübungen, stabilisierenden Kraftübungen und aktiven Faszienrollungen. Die Vermittlung von Basiswissen zur gesunden Haltung und Bewegung, aktiven Übungen zur Rumpf- und Gelenkstabilisation und Kräftigung der Haltungs- und Bewegungsmuskulatur, sowie einer abschließenden Mobilisation werden ebenfalls vermittelt.

Endlich Schluss mit den Ernährungsmythen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SAN-21-F17	27.11.21 Halle (Saale)	02.10.21	8	BSSA-Mitglieder 45,- / DBS-Mitglieder 70,- / Sonstige 140,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung erfahren Sie wie einfach die gesunde Ernährung im Arbeits-, und Sportalltag ist. Es werden verschiedene Mythen der Ernährung aufgeklärt und einfache Umsetzungstipps für jeden Alltag gegeben. Erfahren sie beispielsweise warum Kohlenhydrate nicht dick machen, wie Säfte die Leber überfordern, warum Fett schlau und gesund macht und ob Nahrungsergänzungen Sinn oder Unsinn sind. Neben allen Fragen der gesunden Ernährung gehen wir auch auf wichtige Aspekte der Sporternährung ein und widmen uns intensiv dem Thema Übergewicht und die Wege zurück. Bringen sie alle Fragen und Mythen mit, von denen Sie einmal gehört haben!



*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](#)

Return to Sport nach Lungenerkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30/40_1	26.-28.02.21	01.02.21	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 175,- / Sonstige 350,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Wie kann für betroffene Personen nach einer Erkrankung, wie z. B. einer Covid-19 Erkrankung die Re-Integration in den Sport/Rehasport aussehen? Im Rahmen der Fortbildung werden die aktuellen Empfehlungen besprochen und auf das zu betreuende Kollektiv angepasst.

**Zielgruppe:** profilübergreifend, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung und Übernachtung

Leistungsmessungen im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30/40_2	13.03.21 Kiel	13.02.21	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 100,- / Sonstige 200,-

**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 und Übernachtung

Brain Fitness und Entspannung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30/40_3	20.-21.03.21 Tönning	20.02.21	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 175,- / Sonstige 350,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** In dieser Fortbildung geht es um neue Ideen für Stundenbilder in den unterschiedlichsten Reha Sportgruppen. Es werden komplette Themenstunden mit passenden Erwärmungen, Hauptteilen und Entspannungsübungen für das Training in der Orthopädie, Herzsport, Diabetes und Atemwegserkrankungen durchgeführt.

**Zielgruppe:** Übungsleiter\*innen, Therapeut\*innen, Interessierte

**Besonderheiten:** inklusive Verpflegung und Übernachtung. Bitte eine Wolldecke mitbringen.

Am Puls der Zeit: Trainingsmöglichkeiten im Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F40_1	04.-06.06.21 Malente	07.05.21	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 175,- / Sonstige 350,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Welche Belastungen sind bei internistischen Teilnehmer\*innen möglich? Vielfältige Möglichkeiten einer körperlichen Aktivität und des Rehasports 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

HS

# Fortbildungen – Schleswig-Holstein

Verschiedene Leistungsfähigkeiten in der Sportstunde vereinen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30_1	08.-10.10.21 Malente	10.09.21	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 175,- / Sonstige 350,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In vielen Rehasportgruppen ist die Heterogenität der Leistungsfähigkeit sehr verschieden. Im Rahmen der Fortbildung werden zu Beginn die medizinischen Grundlagen wiederholt und im Anschluss Trainingsmethoden für die verschiedenen Leistungsstufen zu entwickeln.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inklusive Verpflegung und Übernachtung</p>				

Wie viel Bewegung braucht der Ältere Mensch?				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30_2	06.11.21 Malente	09.10.21	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 100,- / Sonstige 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Der Anteil an Senior*innen in der Gesellschaft steigt stetig, wie der Wunsch auch im Alter einen ausreichenden Fitnessgrad zu haben. Ein Gesundheitstraining mit Senior*innen als Gruppensportangebot oder im Rahmen einer medizinischen Trainingstherapie stellt gewisse Herausforderungen an den*die Übungsleiter*in. Im Rahmen der Fortbildung werden die Teilnehmer*innen u. a. über einen Alterssimulationsanzug die körperlichen Probleme selber erfahren können, mit dem Ziel Belastungen für Senior*innen besser einschätzen zu können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend, Therapeut*innen, Interessierte</p>				

Sport- und Bewegungstherapie in der Onkologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F30/40_3	N.N.	N.N.	15	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 175,- / Sonstige 350,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie, Innere Medizin, Therapeut*innen, Interessierte</p> <p><b>Besonderheiten:</b> inklusive Verpflegung und Übernachtung</p>				

Erwerb der Prüferberechtigung: Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-F-SportAb	24.04.21 Schleswig	27.03.21	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 abzulegen.</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	27.02.21 Lübeck	30.01.21	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>				

# Fortbildungen – Schleswig-Holstein

Sport für Alle				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-Alle2	06.03.21 Kiel	06.02.21	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Inklusion in Theorie und Praxis, anhand beispielhafter Beeinträchtigungen und daraus resultierenden Veränderungsmöglichkeiten des Sportangebots.</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-Alle3	21.08.21 Schleswig	23.07.21	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				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
SH-Alle4	06.11.21 Bad Segeberg	09.10.21	8	Mitglieder aus RBSV-Vereinen 50,- / Sonstige 100,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Inklusion in Theorie und Praxis, anhand beispielhafter Beeinträchtigungen und daraus resultierenden Veränderungsmöglichkeiten des Sportangebots.</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-Alle5	13.11.21 Flensburg	16.10.21	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>				

# 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](#)

Qigong – Chinesische Heilkunst zur Stärkung der Lebenskraft				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F01	16.01.21 Bad Blankenburg	05.12.20	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Durch bewussten Einsatz von Vorstellungskraft, Atmung und Bewegung können innere und äußere Kräfte harmonisch für eine sanfte Gesundheitsförderung aktiviert werden. Inhalte der Fortbildung werden eine kurze theoretische Einführung, Lockerungs- und hinführenden Übungsformen, ausgewählte Formen aus der Dissertation „Asthmastudie“, sowie die Wirbelsäulen Kreisatmung bilden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Rehabilitationssport für die Seele				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F02	23.01.21 Arnstadt	12.12.20	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Fortbildung thematisiert sinnvolle Bewegungsangebote für Krankheitsbilder wie Depression, Burn-Out und psychische Instabilität sowie allgemein den Umgang mit Stress im Alltag.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Multimorbidität – Orthopädie meets Neurologie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F03	30.01.21 Erfurt	19.12.20	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				
Rehabilitationssport für Kinder				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F04	20.02.21 Jena	09.01.21	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Vermittlung der Besonderheiten bei der Umsetzung eines Rehabilitationsangebotes für die Zielgruppe Kinder.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Faszien-Pilates & Faszien-Yoga				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F05	13.03.21 Schleiz	30.01.21	8	TBRSV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Praktische Übungen aus dem Pilates und Yoga unter dem Gesichtspunkt des Faszien-systems, Einsatzmöglichkeiten im Rehabilitationssport.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

## Fortbildungen – Thüringen

Intervall-/Zirkeltraining mit dem Stepbrett und Kleingeräten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F06	24.04.21 Elxleben	13.03.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Einsatzmöglichkeiten des Stepbretts im Rehasport, Vorstellung der Trainingsformen Intervall-/Zirkeltraining, Verbindung von Inhalten der Gymnastik, Aerobic und Ausdauerschulung</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Posturale Kontrolle im Rehabilitationssport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F07	29.05.21 Elxleben	17.04.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In der Fortbildung werden neben Haltungsmodellen praktische Übungen vermittelt zur Verbesserung der posturalen Kontrolle im Sinne der Sturzprophylaxe.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Gesunder Rücken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F08	05.06.21 Elxleben	24.04.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Rückenbeschwerden sind in Deutschland die dritthäufigste Ursache für Krankschreibungen. Die praxisnahe Fortbildung beschäftigt sich mit der Vorbeugung und Reduzierung von Rückenbeschwerden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F09	12.06.21 Elxleben	01.05.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ganzheitlicher Einblick in die Welt der Faszien inkl. Faszienmobilisation, Faszienstretch und Faszientraining</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Indoor & Outdoor Herzsport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F10	19.06.21 Bad Liebenstein	08.05.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Auffrischung der Kenntnisse zum Training mit Herz-Kreislauf-Patient*innen sowie Anregungen und Ideen für die Sportpraxis im Freien.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

Entwicklung einer ökonomischen Lauftechnik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F11	03.07.21 Bad Blankenburg	22.05.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Abwechslungsreiche Erarbeitung verschiedener Lauftechniken, wie z. B. Walking, Nordic Walking, Happy Running.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

## Fortbildungen – Thüringen

Propriozeptives, sensomotorisches Training				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F12	10.07.21 Erfurt	29.05.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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>				
Wassergymnastik bei orthopädischen und neurologischen Erkrankungen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F13	17.07.21 Bad Berka	05.06.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Theorie und Praxis zu den Einsatzmöglichkeiten von Wassergymnastik bei orthopädischen und neurologischen Erkrankungen. Der Fokus liegt auf den Bewegungsmöglichkeiten im Flachwasser.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Prüfer*innen-Lehrgang Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F14	18.09.21 Bad Blankenburg	07.08.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Erwerb der Zusatzprüfberechtigung des DSA für Menschen mit Behinderung, Verleihmodus, Prüferkarte, Regelwerk nach den neuesten Bedingungen, Praxiseinheit.</p> <p><b>Besonderheiten:</b> Prüfberechtigung DSA für Menschen ohne Behinderung muss vorliegen</p>				
Körperwahrnehmung mit asiatischen Kampfkünsten				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F15	25.09.21 Bad Blankenburg	14.08.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Wahrnehmungsübungen zur Koordination des Körpers aus Sicht von Karate und Tai Chi.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Sport bei Hüft- und Knie-TEP				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F16	16.10.21 Jena	04.09.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Übungen zur Dehnung und Kräftigung der gelenkumgreifenden Muskulatur sowie Beweglichkeitsschulung der Gelenke für Trocken- und Wassergymnastik.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Yoga und Atem				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F17	16.10.21 Elxleben	04.09.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Atemtechniken helfen dabei, den Atemfluss zu regulieren und Blockaden zu lösen. Die Yoga-Fortbildung legt den Schwerpunkt auf die Atmung als Schlüsselement unseres Lebens.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				

## Fortbildungen – Thüringen

Konditions-, Kraft- und Gleichgewichtstraining ohne Kleingeräte				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F18	13.11.21 Elxleben	02.10.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In der Fortbildung geht es um die Konditionierung, Kräftigung und um das Gleichgewichtstraining unter Ausschluss von Fitnessgeräten. Die Teilnehmer*innen werden angeleitet, wie man effektiv den eigenen Körper zur Verbesserung seiner Fitness nutzen kann. Es werden u. a. Übungsvariationen vorgestellt (z. B. Übungen gegen die Schwerkraft), um auch auf das unterschiedliche Niveau in den Rehabilitationssportgruppen eingehen zu können.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Funktionelle Verkettung von Muskeln, Knochen & inneren Organen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F19	21.11.21 Elxleben	10.10.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Eine Reise durch den Körper aus osteopathischer Sicht.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Krebssport – Immunsystem stärken und Selbstheilungskräfte aktivieren				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F20	27.11.21 Nordhausen	16.10.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Fortbildung befasst sich mit den positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf Körper und Seele bei Krebspatient*innen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> profilübergreifend</p>				
Diagnostik im Rehabilitationssport – Individualisierung in der Gruppe				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
T-21-F21	11.12.21 Erfurt	30.10.21	8	TBR SV 50,- / DBS 100,- / Nichtmitglieder 150,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Im Rahmen des Lehrgangs werden Diagnostikmöglichkeiten im Rehabilitationssport aufgezeigt, durch die es möglich ist, die Teilnehmer*innen im Rahmen der Gruppengymnastik individueller zu betreuen.</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: [info@wbrs-online.net](mailto:info@wbrs-online.net)

Internet: [www.wbrs-online.net](http://www.wbrs-online.net)

**AGB/Teilnahmebedingungen**

**Anmeldung**

Core Stability und Faszientraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-01-21	16.-17.01.21 Sportschule Ruit	15.12.20	16	WBRs-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
W- Fo-03-21	05.-06.02.21 Sportschule Ruit	05.01.21	16	WBRs-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**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

Spiele in Herzgruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-04-21	26.-27.02.21 Sportschule Ruit	26.01.21	16	WBRs-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**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

Stress, Entspannung und Work-Life-Balance				
Auch ein*e Übungsleiter*in hat Stress und muss entspannen!				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-06-21	13.-14.03.21 Sportschule Ruit	13.02.21	16	WBRs-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**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

# Fortbildungen – Württemberg

## Koordinationstraining für Senior\*innen

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-07-21	26.-27.03.21 Landessportschule Albstadt	26.02.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**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

## Wassergymnastik

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-08-21	17.-18.04.21 Landessportschule Albstadt	17.03.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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. Die Fortbildung wird überwiegend im Wasser als Praxis stattfinden.

**Zielgruppe:** Innere Medizin  
**Referent:** Johannes Wörtler

## Faszientraining im Rehasport

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-09-21	23.-24.04.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	23.03.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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. Wir werden die anatomisch-physiologischen Grundlagen und die faszialen Strukturen im Körper kennenlernen. Dies erweitern wir mit einem faszialen Bewegungskonzept, werden schwingen und federn, faszial stretchen, kräftigen und die Sensorik verfeinern.

**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Referentin:** Anette Kümmel

## Der Einfluss von Ernährung auf orthopädische Krankheitsbilder

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-10-21	08.-09.05.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	08.04.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** 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.

**Zielgruppe:** Orthopädie  
**Referent:** Juliane Isbrecht



# Fortbildungen – Württemberg

Neue Wege der Bewegung bei Menschen mit Geistiger Behinderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-11-21	21.-22.05.21 Landessportschule Albstadt	21.04.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<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. <b>Zielgruppe:</b> Geistige Behinderung <b>Referent:</b> Winfried Maulbetsch</p>				

Core Stability im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-12-21	19.-20.06.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	19.05.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die Basis aller Bewegungen liegt im Kern (englisch "Core") des Körpers. Ein stabiler Kern ist unerlässlich für die Umsetzung von Kraft aus dem Unterkörper zum Oberkörper und umgekehrt und ist ein wesentliches Kennzeichen von funktionalen Bewegungen. <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin <b>Referentin:</b> Anette Kümmel</p>				

Herzintelligenz kombiniert mit Biologischem Heilwissen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-13-21	17.-18.09.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	17.08.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Dieser Kurs richtet sich an Übungsleiter*innen, die für sich Wege zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit suchen, und für neue Denkweisen offen sind. <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin <b>Referentin:</b> Brigitte Fritz</p>				

Multiple Sklerose und Morbus Parkinson				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-14-21	25.-26.09.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	25.08.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. <b>Zielgruppe:</b> Neurologie <b>Referentin:</b> Sabine Lamprecht</p>				

Zirkeltraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-15-21	08.-09.10.21 Landessportschule Albstadt	08.09.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Zirkeltraining klingt für viele Übungsleiter*innen und Teilnehmer*innen als altmodisch und langweilig. Ganz im Gegenteil kann das Zirkeltraining viele neue Impulse geben und Abwechslung in den Rehasport bringen. Beispiele: Zirkel mit alltäglichen Gegenständen, Zirkel „Übungen für den Alltag ohne Geräte“, Zirkel zu bestimmten Themen (wie Kraftaufbau, Koordination, Dehnen), Spielezirkel, Zirkel rund um ein Gerät (Bsp. Pilatesball oder Gymnastikband), ein Partnerzirkel (also Übungen für zwei Personen). Wir werden zusammen fertige Zirkel ausprobieren und auch neue Zirkel gemeinsam in der Gruppe gestalten. <b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin <b>Referent:</b> Johannes Wörtler</p>				

# Fortbildungen – Württemberg

<b>Ausdauer, Kraft und Koordination in Herzsportgruppen</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-17-21	22.-23.10.21 Landessportschule Albstadt	22.09.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Belastungsdosierung im Ausdauertraining (Dauerbelastung und Intervalltraining)</li> <li>• Krafttraining mit Herzpatienten</li> <li>• Methodik von Kraft- und Ausdauertraining</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin <b>Referentin:</b> Anette Kümmel</p>				

<b>Knie und Hüfte</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-18-21	30.-31.10.21 Landessportschule Albstadt	30.09.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Die knöchernen und muskuläre Anatomie in Bezug auf Knie, Hüfte und Becken-Achse. Es werden Lehrinhalte zu Gangschulung, Anatomie, Krankheitsbilder wie Arthrose, Arthritis, Meniskus, Beckenschiefstand, Piriformissyndrom, Ischialgie etc. vermittelt. Die Beeinflussung der Haltung und des Gangs auf das Becken sind ein maßgeblicher Faktor für die Verbesserung der Haltung. Es werden spezielle Stundenbilder vermittelt und auch selbständig erarbeitet</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Referentin:</b> Yvonne Benz</p>				

<b>Ganzheitlichkeit im Reha Sport – Einen gesunden Lebensstil fördern durch Salutogenese</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-20-21	12.-13.11.21 Landessportschule Albstadt	12.10.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Referentin:</b> Isabell Michel</p>				

<b>Sturzprophylaxe und Denken in Bewegung</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-22-21	19.-20.11.21 Sportschule Ruit	20.10.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Gründe für eine erhöhte Sturzgefahr werden beleuchtet und Trainingsmethoden aufgezeigt. Beim Denken in Bewegung werden auf unterhaltsame Weise Übungen durchgeführt, die Kopf und Körper vereinen.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie <b>Referentinnen:</b> Monika Heimerl und Diana Schulz</p>				

<b>Sport nach Herzinfarkt und Schlaganfall – Gemeinsamkeiten und Unterschiede!</b>				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-23-21	20.-21.11.21 Sportschule Ruit	20.10.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Gemeinsamkeiten &amp; Unterschiede in der Erstellung von Sportangeboten bei Zustand nach Herzinfarkt und Zustand nach Schlaganfall, Wiederholung der Krankheitsbilder und Spezifikation in der Auswahl und Durchführung adäquater Bewegungsangebote.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin und Neurologie <b>Referentin:</b> Mario Mantei</p>				



# Fortbildungen – Württemberg

Freie Schulter, entspannter Nacken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-24-21	26.-27.11.21 Landessportschule Albstadt	26.10.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<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>				

Faszientraining im Rehasport				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-25-21	27.-28.11.21 Sportpark Ost Ludwigsburg	27.10.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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. Wir werden die anatomisch-physiologischen Grundlagen und die faszialen Strukturen im Körper kennenlernen. Dies erweitern wir mit einem fascialen Bewegungskonzept, werden schwingen und federn, Fascial stretchen, kräftigen und die Sensorik verfeinern.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Referentin:</b> Anette Kümmel</p>				

Freie Schulter, entspannter Nacken				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-26-21	03.-04.12.21 Landessportschule Albstadt	03.11.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dieser Fortbildung sollen die Übungsleiter*innen ihre besten Sportstundeninhalte miteinander teilen und vorstellen. Ideen teilen, ausprobieren, Materialien kennenlernen und sich Anregungen für die eigenen Stunden holen. Es gibt ebenso genügend Zeit für einen regen Austausch zu alltäglichen "Problemen" in der Sportstunde.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin</p> <p><b>Referentin:</b> Diana Schulz</p>				

Sport nach Krebs				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-27-21	04.-05.12.21 Landessportschule Albstadt	04.11.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Neue Erkenntnisse werden in Theorie und Praxis vermittelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p>				

Teller Qigong – Pan Zi Gong Gesundheitsübung & Faszientraining				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-28-21	10.-11.12.21 Sportschule Ruit	10.11.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> 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 Taiji zu einer harmonischen und trainingsintensiven Übungsreihe.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Referent:</b> Sören Philipzik</p>				

# Fortbildungen – Württemberg

Kraft und Energie für Körper & Kraft				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-29-21	11.-12.12.21 Sportschule Ruit	11.11.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• funktionelles Training mit und ohne Kleingeräten</li> <li>• sanfte Mobilisation mit Chi Ball</li> <li>• Gedächtnistraining in Bewegung</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie  <b>Referentinnen:</b> Diana Schulz und Anette Kümmel</p>				
Ausdauer, Kraft und Koordination in Herzsportgruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
W- Fo-30-21	17.-18.12.21 Sportschule Ruit	17.11.21	16	WBRS-Mitglieder 100,- / Nichtmitglieder 200,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Belastungsdosierung im Ausdauertraining (Dauerbelastung und Intervalltraining)</li> <li>• Krafttraining mit Herzpatienten</li> <li>• Methodik von Kraft- und Ausdauertraining</li> </ul> <p><b>Zielgruppe:</b> Innere Medizin  <b>Referentin:</b> Anette Kümmel</p>				



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**

Rollstuhlsport in der Rehabilitation – neue Impulse				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21007	12.03.21 Heidelberg	22.01.21	8	DRS-Mitglieder 50,- / DBS-Mitglieder 75,- / Sonstige 175,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Relevante methodisch-didaktische Aspekt für die Praxis des Rollstuhltrainings sowie eine exemplarische Hinführung zu kleinen Spielen und Sportspielen mit Kleingruppen <b>Zielgruppe:</b> Fachkräfte und Übungsleiter*innen <b>Besonderheiten:</b> <a href="https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/">https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/</a>				

Erlebnispädagogik im Rollstuhl				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21008	30.-31.10.21 Heilsbach	10.09.21	16	DRS-Mitglieder 100,- / DBS-Mitglieder 150,- / Sonstige 350,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Erlebnispädagogische Inhalte und Teambuilding im Rollstuhlsport. <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen <b>Besonderheiten:</b> <a href="https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/">https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/</a>				

Koordination der Mobilitätskurse				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21009	09.-10.01.21 Köln	27.11.20	16	DRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Koordination der Mobilisationskurse. <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen <b>Besonderheiten:</b> <a href="https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/">https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/</a>				

Rollstuhlversorgung und Mobilitätsförderung				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21010	19.-20.06.21 Köln	07.05.21	16	DRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</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> Therapeut*innen, Lehrer*innen, Mitarbeiter*innen im Rehafachhandel, Übungsleiter*innen, Eltern, Interessierte <b>Besonderheiten:</b> <a href="https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/">https://drs.org/events/kategorie/aus-fortbildung/</a>				

Kinder- und Jugendsportgruppen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21011	25.-26.09.21 Köln	13.08.21	16	DRS-Mitglieder 90,- / Sonstige 150,-
<b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Koordination der Kinder- und Jugend-Rollstuhlsport-Gruppen, Erfahrungsaustausch. <b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter*innen der Kinder- und Jugendgruppen für Rollstuhlsport, Interessierte				

# Fortbildungen – Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

Rollstuhlbasketball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21012	Im Rahmen der Deutschen Meisterschaft Damen	01.04.20	16	DRS-Mitglieder und Sonstige 250,- (inkl. Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Damen im Rollstuhlbasketball, 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-21013	18.-20.06.21 Lobbach	18.05.21	16	DRS-Mitglieder und Sonstige 250,- (inkl. Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> In dieser Fortbildung liegt der Schwerpunkt auf den sportpsychologischen sowie athletischen Aspekten der Sportart Rollstuhlbasketball.  <b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen Rollstuhlbasketball</p>				

Rollstuhlbasketball				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DRS-21014	13.-15.08.21	13.07.21	16	DRS-Mitglieder und Sonstige 250,- (inkl. Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen 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-21015	Im Rahmen eines Try-Outs der Kommission Kinder und Jugend	N.N.	16	DRS-Mitglieder und Sonstige 250,- (inkl. Übernachtung und Verpflegung)
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Kinder und Jugendliche im Rollstuhlbasketball, Herausforderungen in Theorie und Praxis  <b>Zielgruppe:</b> Trainer*innen 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](#)

## Praxisideen mit diversen Kleingeräten

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-01 Fobi	06.03.21 Arnsberg	08.02.21	8	70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Der Einsatz von diversen Kleingeräten aus dem Sport und dem Alltag macht es möglich, den Rehasport vielfältig zu gestalten. Vorgestellt und erarbeitet wird ein Pool aus abwechslungsreichen Übungen mit diversen Kleingeräten für orthopädische Gruppen.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** ohne Verpflegung

## Fuß-Becken-Wirbelsäule

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-02 Fobi	29.05.21 Arnsberg	30.04.21	8	70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Zusammenhänge zwischen Fuß- und Beckenstellung, der damit verbundenen Spannung im Beckenboden, der Aufrichtung der Wirbelsäule und der Be-/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.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** ohne Verpflegung

## Ideenbörse mit Alltagsmaterialien

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-03 Fobi	01.06.21 Arnsberg	04.05.21	8	70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Die Integration von Alltagsmaterialien in den Rehasport bietet eine Möglichkeit der interessanten und abwechslungsreichen Gestaltung. Gleichzeitig können viele der vorgestellten und erarbeiteten Inhalte direkt in den Alltag der Teilnehmer\*innen umgesetzt werden. Diese Fortbildung hat einen überwiegenden Praxisanteil.

**Zielgruppe:** Orthopädie, Neurologie

**Besonderheiten:** ohne Verpflegung

## Spielerische Gestaltung in der Orthopädie

LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-04 Fobi	02.06.21 Arnsberg	05.05.21	8	70,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Durch die spielerische Gestaltung im orthopädischen Rehasport lassen sich funktionelle Inhalte abwechslungsreich gestalten. In dieser Fortbildung werden Ideen vorgestellt und erarbeitet, um den Teilnehmer\*innen Spaß und Freude am Sport zu vermitteln und die Teilnehmer\*innen langfristig zu motivieren.

**Zielgruppe:** Orthopädie

**Besonderheiten:** ohne Verpflegung

# Fortbildungen – DBS-Akademie

Facettenreiche Wirbelsäulengymnastik				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-05 Fobi	22.-23.10.21 Arnsberg	24.09.21	16	140,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Ziel dieser Fortbildung ist es, Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich gestalten zu können, um die Teilnehmer*innen zur langfristigen Teilnahme zu motivieren. Vorgestellt und erarbeitet werden Inhalte, um die Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich zu gestalten, um den Teilnehmer*innen Spaß und Freude zu vermitteln.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung, ohne Übernachtung</p>				
Functional Training – Ideenbörse für Übungsleiter*innen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-06 Fobi	12.11.21 Arnsberg	15.10.21	8	70,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Funktionelles Training ist eine alltagsrelevante Trainingsform mit dem Transfer der klassischen Bewegungsmuster des Menschen (Rollen, Krabbeln, Stehen, Gehen, Ziehen, Drücken etc.) in das Training. Die Trainingsform beinhaltet komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Wir erarbeiten passende Übungen für eine Rehasportstunde und testen diese gemeinsam aus. Diese Fortbildung richtet sich an Teilnehmer*innen mit Vorqualifikation Physiotherapeut*innen oder Lehrer*innen</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				
Mobilisation Schulter & ISG				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-07 Fobi	13.11.21 Arnsberg	15.10.21	16	70,-
<p><b>Ziele, Methoden, Inhalte:</b> Viele Menschen leiden heutzutage unter Problemen im Schulter- und ISG-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. Diese Fortbildung ist sehr praxisorientiert.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				
Sitzhocker – neue Ideen				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-08 Fobi	28.11.21 Arnsberg	29.10.21	8	70,-
<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 Tanzchoreographien entwickelt.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Orthopädie</p> <p><b>Besonderheiten:</b> ohne Verpflegung</p>				

## Fortbildungen – DBS-Akademie

Ausdauer, Koordination & Kraft in der Inneren Medizin				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-2021-09 Fobi	20.-21.12.21 Arnsberg	22.11.21	16	140,-

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Durch Ausdauer-/ Kraft und Koordinationstraining soll es Teilnehmer\*innen im Rehasport gelingen, ihren Alltag ökonomischer zu gestalten. In dieser Fortbildung werden Ideen vorgestellt und erarbeitet, ein Ausdauer-/Kraft und Koordinationstraining abwechslungsreich mit Alltagsbezug zu trainieren und Zuhause umzusetzen.

**Zielgruppe:** Innere Medizin

**Besonderheiten:** ohne Verpflegung, ohne Übernachtung

Spielerische Gestaltung in der Orthopädie				
LG-NR.	Termin / Ort	Meldeschluss	LE	Teilnahmegebühr (€)
DBS-A-Fobi-2020-10	11.-12.12.20 Münster	13.11.20	16	250,- mit Übernachtung (DZ) und Verpflegung

**Ziele, Methoden, Inhalte:** Durch die spielerische Gestaltung im orthopädischen Rehasport lassen sich funktionelle Inhalte abwechslungsreich gestalten. In dieser Fortbildung werden Ideen vorgestellt und erarbeitet, um den Teilnehmer\*innen Spaß und Freude am Sport zu vermitteln und die Teilnehmer\*innen langfristig zu motivieren.

**Zielgruppe:** Orthopädie



Foto: Harald Will



Deutscher Behindertensportverband e. V.  
- im Haus der Gold-Kraemer-Stiftung -  
Tulpenweg 2-4  
50226 Frechen  
Telefon: 02234 6000 0  
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 2021 verschiedene für den Kinder- und Jugendsport relevante Schulungen, Workshops und Seminare zu Themen wie beispielsweise „DBSJ-Juniorteam“, „Trend-sport“ und „Prävention sexualisierter Gewalt“ anbieten. Die Ausschreibungen werden den DBS-Landes- und Fachverbänden zugesendet sowie auf der DBSJ-Homepage veröffentlicht.

Des Weiteren sind Referent\*innen-Schulungen zum Handbuch „Teilhabe und Vielfalt – Qualifikationsinitiative“ angedachte. Es besteht zudem die Möglichkeit, exklusive Referent\*innen-Schulungen zum Handbuch für einen definierten Personenkreis bei der Deutsche Behindertensportjugend anzufragen. Weitere Informationen können der folgenden Projektinformation entnommen werden:

## **Projektinformation „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“.

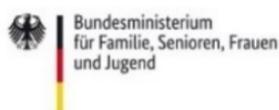
Im Folgenden sind die Modulthemen aufgeführt:

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

Das Handbuch wurde den Mitgliedsorganisationen der dsj und den DBS-Landes- und Fachverbänden Anfang 2018 zur Verfügung gestellt. Diese können Referent\*innen für ihren Verband benennen, die mit Hilfe des Handbuches bedarfsorientierte Schulungen entwickeln und anbieten. Die potenziellen Referent\*innen der Verbände können auch im Jahr 2021 an freiwilligen Schulungen von dsj und DBSJ teilnehmen, um das Handbuch und die Arbeit damit kennenzulernen sowie durch den gemeinsamen Austausch Impulse für die eigene Arbeit zu erhalten.

Die Schulungen, die die Referent\*innen der Verbände dann 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 niedrigschwelligen 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, um sich entsprechend zu positionieren.

Gefördert vom:



# Bloß Körper, Muskeln und Karbon ohne seine innere Energie.

Mehr über unser  
Paralympisches Engagement:  
[bp.de/paralympics](http://bp.de/paralympics)



David Behre

Sprinter  
Deutschland



bp

TEAM



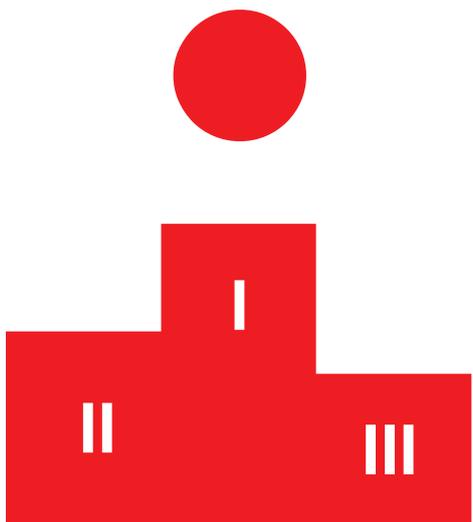
PARALYMPICS



Co Förderer



# Stark wird man gemeinsam.



Nirgends macht uns  
Gemeinschaft so stark wie im  
Sport. Darum unterstützen wir  
das Team Deutschland  
Paralympics und das Olympia  
Team Deutschland genauso wie  
den Nachwuchs und den  
Sportverein von nebenan.

TEAM



PARALYMPICS



Gemeinsam  
alles  
gewachsen

