



# Aus- und Fortbildungen im Sport 2021

im Kreis Paderborn

© LSB NRW / Andrea Bowinkelmann



# Sport- und Erlebnisreisen mit dem KSB Paderborn

Lust auf einen unvergesslichen Urlaub mit Bewegung und Spaß?

Der KreisSportBund Paderborn bietet ab 2021 auch Reisen mit attraktiven Zielen und Programmen an.

## Für jeden ist etwas dabei!

Weitere Informationen zu allen Reisen im Jahr 2021 erhalten Sie direkt beim KreisSportBund Paderborn.

☎ 05251 545591-0

✉ info@ksb-paderborn.de



Hier geht es zu unserer Homepage mit weiteren Infos zur Reise und den Hotels.

Foto: © LSB NRW | Andrea Bowinkelmann



## Abkürzungen

Die in diesem Flyer verwendeten Abkürzungen haben folgende Bedeutungen:

### Lizenztypen:

ÜL-C	Übungsleiter-Lizenz (1. Lizenzstufe)
ÜL-B	Übungsleiter-Lizenz (2. Lizenzstufe)
SH	Sporthelfer

### Fachprofile:

Herz	Sport in Herzgruppen
Innere	Innere Medizin
Krebs	Sport in der Krebsnachsorge
Ortho	Orthopädie
SdÄ	Sport der Älteren

### Sonstiges:

LE	Lerneinheiten (45 min)
ÜL	Übungsleiter*in
KSB	KreisSportBund

### Sporthelfer

Die Ausbildung zum Sporthelfer befähigt die Jugendlichen dazu, unterstützende Tätigkeiten im sportpraktischen Bereich auszuführen. Die Sporthelferausbildung ist die Einstiegsqualifikation für Jugendliche in das Qualifizierungssystem des organisierten Sports in NRW. Die abwechslungsreiche und spannungsgeladene Ausbildung mit viel Sport und Spaß wartet auf die Mädchen und Jungen im Alter von 13-17 Jahren.

Die Sporthelferscheine 1 und 2 ersetzen bei einer Weiterqualifizierung zum Übungsleiter-C das Basismodul.

### Übungsleiter-C Lizenz

Setzt sich zusammen aus einem 30 LE Basismodul und 60 LE Aufbaumodul. Beide Module müssen absolviert werden, um eine Übungsleiterlizenz zu erlangen.

Die Übungsleiter C-Lizenz bietet die umfassende Grundlage für eine qualifizierte Tätigkeit in Sportvereinen, die bei Bedarf durch spezifische Fortbildungen, Zusatz- und Sonderausbildungen ergänzt werden kann.

### Übungsleiter-B Lizenz

Die Sportorganisationen haben zwei spezielle Ausbildungsgänge für den Gesundheitssport in ihrem Programm. Für den Präventionssport die Ausbildung zum/zur Übungsleiter/in-B „Sport in der Prävention“ und für den Reha-Sport „Sport in der Rehabilitation“. In beiden Ausbildungsgängen gibt es bestimmte Profile, in denen man sich spezialisieren kann.

Zulassungsvoraussetzung für diese Ausbildungsgänge ist eine gültige DOSB-Lizenz auf der 1. Lizenzstufe.

Für den Bereich Bewegungsförderung, dessen zentraler Schwerpunkt die Bewegung als Medium der Förderung aller Entwicklungsbereiche der Altersklasse 0-6 Jahre ist, bieten wir Fortbildungen mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten an. Vertiefende Inhalte für die Altersgruppe können über die Ausbildung „Bewegungsförderung in Verein und Kita“ erfolgen. Angesprochen werden insbesondere Fachkräfte aus Tageseinrichtungen für Kinder, die nach erfolgreichem Abschluss das Zertifikat erhalten und Übungsleiter/innen C, die mit Abschluss eine ÜL-B Lizenz erwerben.

### Fortbildung

Die Gültigkeitsdauer der Lizenzen beträgt, gemäß der DOSB Richtlinien, vier Jahre.

Um die Lizenz zu verlängern, muss in diesem Zeitraum an einer anerkannten Fortbildung im Umfang von mind. 15 Lerneinheiten (à 45 min) teilgenommen werden. Es ist auch möglich, an zwei Tagesveranstaltungen à 8 Lerneinheiten teilzunehmen.

Eine Ausnahme stellen die ÜL-B Lizenzen mit den Profilen „Sport in Herzgruppen“ und „Innere Medizin“ dar. Diese müssen alle zwei Jahre verlängert werden.

Grundsätzlich kann die ÜL-C Lizenz sowohl mit Fortbildungen auf der 1. als auch auf der 2. Lizenzstufe verlängert werden. ÜL-B Lizenzen hingegen nur mit Fortbildungen der 2. Lizenzstufe.



Landessportbund NRW/Sportjugend NRW

## Qualifizierung im Sport 2020

www.qualifizierung-im-sport.de

4. Lizenzstufe A  
3. Lizenzstufe B  
2. Lizenzstufe B/Sonderausbildungen  
1. Lizenzstufe C  
Vorstufe

Fachverbände NRW

Diplom Trainer/-in	
Leistungssport sportartspezifisch 1.300 LE	

Trainer/-in-A	
Breitensport sportartspezifisch 90 LE	Leistungssport sportartspezifisch 90 LE

Trainer/-in-B	
Breitensport sportartspezifisch 60 LE	Leistungssport sportartspezifisch 60 LE

Trainer/-in-C	
Aufbaumodul Breitensport sportartspezifisch	Aufbaumodul Leistungssport sportartspezifisch
... wenn Sie in einer bestimmten Sportart breitensportorientierte Angebote leiten wollen.	... wenn Sie in einer Sportart leistungsorientierte Angebote für verschiedene Altersgruppen leiten wollen.
90 LE	90 LE

Trainer-Assistent/-in	
... wenn Sie die/den Trainer/-in in ihrer Sportart unterstützen wollen.	
15 - 30 LE	

Übungsleiter/-in-B Kinder- und Jugendsport	Übungsleiter/-in-B	Übungsleiter/-in-B Rehabilitation Erwachsene
Bewegungsförderung in Verein und Kita	Abenteuer- und Erlebnissport 70 LE	Rehabilitation Neurologie 75 LE
	Selbstbehauptung/Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen 96 LE	Rehabilitation Innere Medizin 105 LE
60 LE	Prävention Allgemeine Gesundheitsförderung 83 LE	Rehabilitation Orthopädie 90 LE
		Rehabilitation Geistige Behinderung 75 LE
		Rehabilitation Sport in der Krebsnachsorge 45 LE
		Basismodul 15 LE

Vereinsmanager/-in-C
... wenn Sie in der Führung, Organisation oder Verwaltung von Sportvereinen mitarbeiten wollen.
120 LE

Übungsleiter/-in-C Breitensport		
<b>JuLeiCa</b> <sup>*1</sup> Aufbaumodul Kinder und Jugendliche ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen. 90 LE	Aufbaumodul sportartübergreifend ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen. 90 LE	Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen. 90 LE

Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C/Jugendleiter/-in
Basismodul ... wenn Sie in die Ausbildung Übungsleiter/-in, Trainer/-in-C, Jugendleiter/-in einsteigen wollen.
30 LE

Sporthelfer/-in I und II <sup>*2</sup>	
... wenn Ihr als junge Engagierte (13 - 17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt.	
2x 30 LE	

### Hinweise

- \*<sup>1</sup> JuLeiCa: Die Jugendleiter Card ist die bundesweit einheitliche Qualifizierung für ehrenamtlich in der Jugendarbeit tätige Personen.
- \*<sup>2</sup> Sporthelfer/-innen I und II können als Basismodul ÜL-C anerkannt werden.
- Veranstalter der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW, die Stadt- und Kreissportbünde und die Fachverbände.
- Träger der Qualifizierungen sind der Landessportbund NRW, die Sportjugend NRW oder die Fachverbände.

LE = Lerneinheiten à 45 Min.  
Stand: August 2019

## Vorstufenqualifikation

### Osterferien

#### 11000 Sporthelfer I

Termin: 30.03.-01.04. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

#### 11020 Sporthelfer II

Termin: 06.-08.04. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

## Vorstufenqualifikation

### Herbstferien

#### 11001 Sporthelfer I

Termin: 12.-14.10. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro

Ort: Ahorn-Sportpark

#### 11021 Sporthelfer II

Termin: 19.-21.10. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro

Ort: Ahorn-Sportpark





## ÜL-C Ausbildungen (1. Lizenzstufe)

### 20000 Basismodul

Termine: 08. & 09.01.  
15. & 16.01.  
Fr. 18:00-22:00 Uhr  
Sa. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Gebühr: 125,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 90,00 Euro

### 21101 Aufbaumodul (Profil zielgruppenübergreifend)

Termine: 29. & 30.01.  
05. & 06.02.  
12. & 13.02.  
19. & 20.02.  
26. & 27.02.  
05. & 06.03.  
Fr. 18:00-22:00 Uhr  
Sa. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Gebühr: 355,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 250,00 Euro

## ÜL-C Ausbildungen (1. Lizenzstufe)

### 20001 Basismodul

Termine: 02. & 03.07.  
09. & 10.07.  
Fr. 18:00-22:00 Uhr  
Sa. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Mühlenschule  
Hövelhof

Gebühr: 125,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 90,00 Euro

### 21000 Aufbaumodul (Profil Kinder und Jugendliche)

Termine: 02.-06.08.  
09.-13.08.  
09:00-17:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Mühlenschule  
Hövelhof

Gebühr: 355,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 250,00 Euro



## ÜL-C Ausbildungen (1. Lizenzstufe)

### 20002 Basismodul

Termine: 29. & 30.10.  
05. & 06.11.  
Fr. 18:00-22:00 Uhr  
Sa. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Gebühr: 125,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 90,00 Euro

### 21202 Aufbaumodul (Profil zielgruppenübergreifend)

Termine: 12. & 13.11.  
19. & 20.11.  
26. & 27.11.  
03. & 04.12.  
10. & 11.12.  
17. & 18.12.  
Fr. 18:00-22:00 Uhr  
Sa. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Gebühr: 355,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 250,00 Euro



## ÜL-B Ausbildungen (2. Lizenzstufe)

### 36000 Basismodul

Termine: 06. & 07.03.  
Sa. 09:30-18:30 Uhr  
So. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Gütersloh

Gebühr: 160,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 95,00 Euro

### 36000 Basismodul

Termine: 21. & 22.08.  
Sa. 09:30-18:30 Uhr  
So. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Mühlenschule  
Hövelhof

Gebühr: 160,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 95,00 Euro

## ÜL-B Ausbildungen (2. Lizenzstufe)

### 36001 Aufbaumodul

Übungsleiterin/Übungsleiter-B „Sport in der Rehabilitation: Profil: Innere Medizin“

Termine: 13. & 14.03.  
27. & 28.03.  
17. & 18.04.  
01. & 02.05.  
15. & 16.05.  
12. & 13.06.

Sa. 09:30-18:30 Uhr  
So. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Gütersloh

Gebühr: 630,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 480,00 Euro

### 36010 Aufbaumodul

Übungsleiterin/Übungsleiter-B „Sport in der Rehabilitation: Profil: Orthopädie“

Termine: 28./29.08.  
02./03.10.  
30./31.10.  
13./14.11.  
04./05.12.

Sa. 09:30-18:30 Uhr  
So. 09:00-17:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Mühlenschule  
Hövelhof

Gebühr: 550,00 Euro

Mit Vereinsrabatt: 420,00 Euro





## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22000 Vom Rollbrett zum Longboard

Termin: 13. & 14.02. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 90,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Inhalte: In diesem Bewegungsfeld und Sportbereich steht das Gleichgewicht in besonderer Weise im Mittelpunkt. Rollbretter, Pedalos, Skateboards und Longboards erschließen dabei vielfältige Bewegungsvariationen.

### 22100 Laufspiele in der Halle

Termin: 20.02. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer  
Grundschule

8 LE

Inhalte: In dieser Fortbildung geht es darum, viele Praxisbeispiele für Ihre Sportstunden an die Hand zu bekommen. Meist handelt es sich bei Laufspielen um abwechslungsreiche, einfache Laufaufgaben, die zum „Aufwärmen“ geeignet sind.

## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22101 Kleine Spiele und Bewegungspausen

Termin: 21.02. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen Sie viele neue Spiele und Spielvariationen kennen, die wenig Zeit in Anspruch nehmen und als kleine Spiele zwischendurch angewandt werden können.

### 22102 Fitnessübungen in der Sporthalle

Termin: 13.03. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Die Sporthalle wird zum Fitnessraum. Wie Sie Fitnessübungen in der Sporthalle durchführen können, welche Sportgeräte dafür genutzt werden können oder was ganz einfach mit dem eigenen Körpergewicht umzusetzen ist, erfahren Sie in dieser Fortbildung.



## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22500 Crossfitness - "the sport of fitness"

Termin: 20. & 21.03. | 09:30-17:00 Uhr

Gebühr: 90,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Inhalte: In dieser Fortbildung lernen Sie die Hintergründe, Zielgruppen und potentielle Risiken von Crossfitness kennen. Sie erarbeiten den Aufbau von sinnvollen Workouts (u.a. Steuerung der Intensitäten für unterschiedliche Zielgruppen, Pro- und Regressionen), um es mit in Ihre Stunden einfließen lassen zu können.

### 23500 Qualifizierung zum/zur Sportabzeichen Prüfer/-in – Schwerpunkt Leichtathletik (15=7+8 LE)

Termin: 17.04. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Borcheln

8 LE

Inhalte: Neben Kenntnissen der Richtlinien zum DSA und sportpädagogischen und trainingsmethodischen Aspekten, werden auch Wettkampfregeln, Ausnahmebestimmungen und Sicherheitskriterien der leichtathletischen Übungen besprochen. Die Fortbildung besteht aus einem Online-Modul (7 LE) zum Selbststudium und einem Präsenzmodul (8 LE) vor Ort.

Nach erfolgreicher TN an den o.g. 15 LE erhält der TN den DSA-Prüferausweis für die Sportart Leichtathletik.

## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22700 Aquafitness

Termin: 17.04. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Rolandsbad

8 LE

Inhalte: Das moderne Aquafitness-Training erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Es ist ein Ganzkörpertraining, welches im Flachwasser in Brusthöhe oder im Tiefwasser mit und ohne Gerät angeboten wird. Dabei werden Arme, Beine, Gesäß und Rumpf trainiert. Durch Aquafitness wird die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gesteigert und die Entspannung gefördert.

### 22103 Laufen, Springen, Werfen - Heranführung an die Leichtathletik für Kinder

Termin: 24.04. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer Grundschule

8 LE

Inhalte: In der Fortbildung werden attraktive und vielseitige Bewegungsangebote aus den Bereichen Laufen, Werfen, Springen vorgestellt und durchgeführt. Dabei soll durch einfache Spiel- und Übungsformen mit Kindern eine Heranführung an komplexere Trainingsmethoden mit Jugendlichen bis hin zu Wettkampfangeboten in der Leichtathletik erarbeitet werden.



## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22701 Trendsportarten

Termin: 15.05. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Trendsportarten sind neue Sportarten, die sich von traditionellen Sportarten abgrenzen lassen und nicht als Breitensport einzuordnen sind. In dieser Fortbildung lernen Sie unterschiedliche Trendsportarten kennen, ihre Herkünfte und wie diese in die Sportstunde integriert werden können.

### 22501 Body and Brain I und II

Termin: 11. & 12.09. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 90,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Inhalte: In der Fortbildung werden Übungen und Spielformen mit Variationen für verschiedene Altersstufen vorgestellt, bei denen optische, akustische und taktile Reize eine immer wieder neue Bedeutung für die Teilnehmer erlangen. Informationen und Störfaktoren wie Farben, Zahlentafeln, Klatschen oder Pfeifen beeinflussen dabei Übungen und Spiel.

## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22105 Sportpsychologie - Emotionen, Motivation, Teambuilding im Sport

Termin: 25.09. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Die Fortbildung Teambuilding im Sport bietet die Möglichkeit für Trainer das eigene Teamtraining im sportlichen Alltag aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Die uns zum Teil unbewussten Aspekte des Teamzusammenhalts werden in dieser Fortbildung bewusst thematisiert. Ein Mix aus Theorie und Praxis soll Erklärungen über Hintergründe bieten und Raum für praktische Erfahrungen geben.

### 23110 Mehr Ernährungskompetenz im Sport

Termin: 02.10. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Die Fortbildung vermittelt Basiswissen zur leistungsgerechten Ernährung im Freizeitsport, denn die richtige Ernährung ist wichtig für Sporttreiben, Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Themen sind u.a. die Ernährung in Training und Wettkampf, das Ess- und Konsumverhalten im Sport sowie die Auseinandersetzung mit dem Markt der Sportlerlebensmittel.



## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22104 Hockergymnastik

Termin: 09.10. | 09:30-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleiter\*innen für Senioren, bewegungseingeschränkte Personen, Schreibtischtäter. Sie erhalten Übungsideen und Büroprogramme praktisch an die Hand.

### 22702 Faszientraining

Termin: 10.10. | 09:30-17:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

8 LE

Inhalte: Faszien verbinden alles im Körper. Diese Faszialen Ketten können durch langfristige Fehl-, Unter- oder Überbeanspruchung ihre Funktionalität verlieren. Durch Bewegungen wie Schwingen, Federn oder Prellen, die Arbeit mit Faszienrollen oder -bällen (SMR), durch fasziale Massagetechniken und verschiedene Dehnmethode lassen sich Prozesse anregen, die die Funktion des Bindegewebes nach und nach wieder verbessern.

## ÜL-C Fortbildungen (1. Lizenzstufe)

### 22703 Mit Diskriminierung im (Sport)Alltag umgehen

Termin: 27.11. | 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 60,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer Grundschule

8 LE

Inhalte: Der Sport ist wie kaum ein anderer Bereich dazu geeignet, Menschen zusammenzubringen. Verschiedene Sportarten und Bewegungsformen, Veranstaltungen und Fahrten bieten breite Beteiligungsmöglichkeiten. Gerade in Zeiten zunehmender gesellschaftlicher Polarisierung oder gar Spaltung ist es an uns, als Sportfamilie entschieden gegen Diskriminierung (im Sport) einzutreten. Die Fortbildung bietet Ihnen Anreize, um individuelle und strukturelle Benachteiligung abzubauen und gegen Diskriminierung, in der Gesellschaft und im Sport, auf eine gleichberechtigte Teilhabe hinzuarbeiten.

### 22200 Zugang für Neuzugewanderte in Sportvereine gestalten (Mitglieder- und Ehrenamtsgewinnung)

Termin: 04.12. | 09:30-13:00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer Grundschule

4 LE

Inhalte: Verschiedene Sportarten, Veranstaltungen und Fahrten bieten breite Beteiligungsmöglichkeiten. Diese erreichen jedoch nicht immer alle Interessierten. Die Fortbildung bietet Ihnen Anreize, die eigenen Strukturen zu betrachten und Handlungsmöglichkeiten zu erarbeiten, um weitere Zielgruppen zu erreichen und diese längerfristig zu binden.





## ÜL-B Fortbildungen (2. Lizenzstufe) Rehabilitation

### 36680 Gut bewegt und ernährt im Alter

Termin: 23. & 24.01. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 110,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-Sport der Älteren, ÜL-B Reha Orthopädie, ÜL-B Reha Innere, ÜL-B Reha Sport in der Krebsnachsorge, ÜL-B Reha Herz

Inhalte: Die Fortbildung richtet sich an alle Interessierten, die ihr Wissen zum Thema Ernährung und Bewegung im Alter auffrischen oder erweitern möchten und beschäftigt sich theoretisch und praktisch mit der Alltagssituation älterer Menschen.

### 36500 ÜL-B Reha Orthopädie (incl. Krebs) - Koordination und Propriozeption

Termin: 08. & 09.05. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 110,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-Sport der Älteren, ÜL-B Reha Orthopädie (incl. Krebs)

Inhalte: Nach einer kurzen Einführung in die Koordination und die Propriozeption inkl. Krebserkrankungen wird die Fortbildung auf Anwendungen im Rehabilitationsbereich in Theorie und Praxis durchgeführt.

- Bedeutung der Koordination
- Bedeutung der Propriozeption,
- Übungsbeispiele für die Bereiche Orthopädie und Sport in der Krebsnachsorge

## ÜL-B Fortbildungen (2. Lizenzstufe) Rehabilitation

### 36501 Faszientraining im Rehasport

Termin: 11. & 12.12. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 110,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

15 LE

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-Sport der Älteren, ÜL-B Reha Orthopädie (inkl. Krebs)

Inhalte: Nach einer Einführung in das Faszientraining sowie Erkrankungen im Zusammenhang mit Faszien wird die Fortbildung auf die Anwendung im Rehabilitationsbereich in Theorie und Praxis durchgeführt.

- Anatomie und Funktion der Faszien
- Erkrankungen im Zusammenhang mit Faszien
- Anwendungen im Rehabilitationsbereich



## ÜL-B Fortbildungen (2. Lizenzstufe) Bewegungserziehung

### 31100 Resilienz - Kinder stärken im Sport

Termin: 12.06. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-B Bewegungsförderung

8 LE

Inhalte: Jedes Kind wächst unter unterschiedlichen Bedingungen auf. Ihr Umfeld kann geprägt sein von Arbeitslosigkeit der Eltern, Armut, Gewalterfahrungen, Vernachlässigungen usw.

In dem Seminar werden Ihnen folgende Inhalte vermittelt:

- Grundlagen der Resilienzforschung
- Stärkung der eigenen Resilienz
- Input über die Resilienzfaktoren von Erwachsenen und Kindern

### 31101 Wassergewöhnung für Kinder (3-6 Jahre)

Termin: 19.06. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Ort: Rolandsbad

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-B Bewegungsförderung

8 LE

Inhalte: Je mehr Freude die Kinder im Kleinkindalter am Baden im Wasser haben, je weniger Angst verbinden sie im späteren Leben damit und umso schneller erlernen sie später das Schwimmen. Dies wiederum bedeutet nicht nur aktive Gesundheitsförderung, sondern vor allem auch aktive Unfallprävention. In dieser Fortbildung erleben Sie Wassergewöhnung durch Spiel und Spaß unter lernspezifischen Gesichtspunkten.

## ÜL-B Fortbildungen (2. Lizenzstufe) Bewegungserziehung

### 31102 Kinderyoga

Termin: 19.06. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Ort: Kreissporthalle Paderborn

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-B Bewegungsförderung

8 LE

Inhalte: Kinder möchten sich immer und überall bewegen. Besonders im Kinderyoga profitieren die Kinder dadurch, dass durch unterschiedliche Haltungsübungen („Asanas“) spielerisch kognitive, koordinative sozial-emotionale und psychische Fähigkeiten gefördert werden. Es geht nicht um Perfektion, sondern um die Freude an der Bewegung und anschließende Entspannungsübungen.

Alter der Kinder: am besten 4 bis 6 Jahre

### 31103 Kinderentspannung in der Sportstunde

Termin: 13.11. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer Grundschule

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-B Bewegungsförderung

8 LE

Inhalte: Kinder sind in der heutigen Zeit einem zunehmenden Zeit- und Leistungsdruck ausgesetzt. In dieser Fortbildung lernen Sie die Merkmale einer kindgerechten Entspannung kennen und wie Sie eine solche Stunde aufbauen sollten.

## ÜL-B Fortbildungen (2. Lizenzstufe) Bewegungserziehung

### 31104 Kindertanz

Termin: 20.11. | 09:00-17:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Ort: Turnhalle der Heinrich/Bonhoeffer  
Grundschule

Lizenzen: ÜL-C, ÜL-B Bewegungsförderung

Inhalte: In dieser Fortbildung geht es darum, Kinder in ihren motorischen Dimensionen sowie in der Koordination und Kondition, aber auch in ihren emotionalen und psycho-sozialen Fähigkeiten zu fördern. Es geht nicht um Leistung, sondern um spielerische Formen des Bewegungstrainings. Viele praktische Übungen runden die Fortbildung ab.

8 LE



## Anmeldungen

Alle Angebote aus diesem Flyer finden Sie auch auf unserer Homepage unter [www.ksb-paderborn.de](http://www.ksb-paderborn.de).



Hier geht es zur Onlineanmeldung

Sollten Sie nicht die Möglichkeit haben sich online anzumelden, rufen Sie uns bitte an oder schreiben uns eine Mail.

☎ 05251 545591 - 0

✉ [info@ksb-paderborn.de](mailto:info@ksb-paderborn.de)

Änderungen an unserem Qualifizierungsplan 2021 behalten wir uns jederzeit vor.

### Vereinsrabatt

Bei der Teilnahme an Ausbildungen auf der 1. und 2. Lizenzstufe besteht die Möglichkeit eines Vereinsrabatts.

Einen Vereinsrabatt erhalten Personen, die Mitglied in einem Sportverein sind oder der Sportverein bestätigt, dass die Person nach dem Lehrgang als Übungsleiter\*in im Verein tätig wird.

Voraussetzung ist, dass der Sportverein Mitglied beim KreisSportBund Paderborn ist.

Das Dokument für den Vereinsrabatt erhalten Sie von uns nach dem Eingang Ihrer Anmeldung.

Die gesamten AGB's Qualifizierung können Sie online unter [www.ksb-paderborn.de](http://www.ksb-paderborn.de) nachlesen oder werden Ihnen auf Wunsch per Mail zugesandt.

# Ihre Ansprechpartner\*innen in Paderborn

Außenstelle Paderborn des Sportbildungswerkes im

KreisSportBund Paderborn e.V.

Am Bischofsteich 42

33102 Paderborn

☎ 05251 545591 - 0

☎ 05251 545591 - 9

✉ info@ksb-paderborn.de



[www.ksb-paderborn.de](http://www.ksb-paderborn.de)

## Herausgeber und Impressum

KreisSportBund Paderborn e.V.

Am Bischofsteich 42

33102 Paderborn

Inhalt: Pia Horenkamp



**Kommunales  
Integrationszentrum  
Kreis Paderborn**

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Gestaltung: TopTeam Werbeagentur

Bildquelle: LSB NRW / Andrea Bowinkelmann |  
Adobe Stock

[www.ksb-paderborn.de](http://www.ksb-paderborn.de)