



BILDUNG DURCH SPORT – 2024

**Alle Lehrgänge und Veranstaltungen
im Überblick**

KreisSportBund Grafschaft Bentheim e.V.

Am Sportpark 9a · 48531 Nordhorn · Tel: 05921 853 73 - 0 · Fax: 05921 853 73 - 19
E-Mail: info@ksb-grafschaft-bentheim.de · Internet: www.ksb-grafschaft-bentheim.de

Aus-, Fort- und Weiterbildung

Datum	Inhalt	Ort	Uhrzeit	LE
20.01.24	Ernährung (ÜL-B+C) →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
07.02.24	Demenz im Sport (ÜL-B+C) →	Nordhorn	17:30 - 21:30 Uhr	5
17.02.24	Bodyweight →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
09.03.24	Functional Complete →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
06.04.24	Sportabzeichenprüfer Ausbildung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	10
20-21.04.24	Abenteuer- und Erlebnissport →	Nordhorn	9:00 - 16:00 Uhr	15
25.05.24	Smovey →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
01.06.24	Mediation und Achtsamkeit →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
26.-28.07.24	ÜL C-Lizenzausbildung – C-30 Modul mit Übernachtung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	30
01.-04.08.24	ÜL C-Lizenzausbildung – C-40 Modul mit Übernachtung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	40
31.08.24	Laufschule →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
07.09.24	Erste-Hilfe Ausbildung (5 LE als Anerkennung) (ÜL-B+C) →	Nordhorn	9:00 - 18:00 Uhr	5
21.09.24	Faszientraining (ÜL-B+C) →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
09.11.24	Step - weniger ist mehr →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
23.11.24	Koordinationstraining →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	10

Lokaler Qualitätszirkel

Fortbildung für ÜL aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen sowie für Lehrkräfte, Päd. Mitarbeiter:innen, Erzieher:innen niedersächsischer Einrichtungen kostenfrei.

Datum	Inhalt	Ort	Uhrzeit	LE
17.02.24	Sprache lernen in Bewegung (Kita) →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
17.08.24	Wassergewöhnung →	Nordhorn	9:30 - 13:00 Uhr	5
28.09.24	Exekutive Funktionen →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5
16.11.24	Sprache lernen in Bewegung (Grundschule) →	Nordhorn	9:00 - 13:00 Uhr	5

Sportjugend

Datum	Inhalt	Ort	Uhrzeit	LE
14.-17.03.24	Schulsportassistentenausbildung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	32
06.04.24	Jugendleiterfortbildung / Abenteuer- und Erlebnissport →	Nordhorn	9:00 - 18:00 Uhr	11
04.-05.05.24	Grundlehrgang Klettern – Toprope →	Nordhorn	9:30 - 14:30 Uhr	12
26.-29.09.24	Schulsportassistentenausbildung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	32
07.-12.10.24	JULEICA-Ausbildung →	Nordhorn	9:00 - 17:00 Uhr	60
09.11.24	Jugendleiterfortbildung / Social Media →	Nordhorn	9:00 - 18:00 Uhr	11

Qualifix

Datum	Inhalt	Ort	Uhrzeit	LE
06.03.24	Beschäftigung im Sportverein →	Online	18:00 - 21:15 Uhr	4
05.06.24	Satzung →	Online	18:00 - 21:15 Uhr	4
06.11.24	Gewinnung von Mitarbeiter:innen →	Online	18:00 - 21:15 Uhr	4



Ernährung

Themen wie „vegetarische Ernährungsformen“ und „Nachhaltigkeit“ nehmen in unserer heutigen Zeit immer mehr Raum ein und sind somit auch aus dem Bereich der Sporternährung nicht mehr wegzudenken. [Anmeldung hier](#) →

**20.01.24****9-13 Uhr**

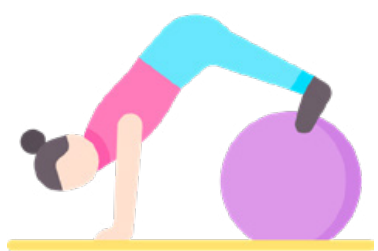
Demenz im Sport

In Sportgruppen, die von Älteren besucht werden, ist Demenz zunehmend ein Thema. Dabei tauchen eine Reihe von Fragen auf: Was ist eigentlich Demenz? Wie können Menschen mit Demenz zur Bewegung... [Anmeldung hier](#) →

**07.02.24****17:30-21:30 Uhr**

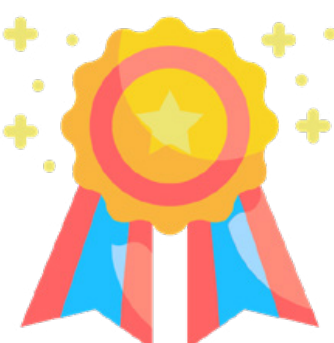
Bodyweight

Bodyweight Training steigert Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Das Training schult die Koordination und hilft muskuläre Dysbalancen auszugleichen. Wer fit und trainiert sein will, benötigt weder teures Trainingsgerät... [Anmeldung hier](#) →

**17.02.24****9-13 Uhr**

Functional Complete

Funktionelles Training ist aus Kursen wie Bauch-Beine-Po oder auch Wirbelsäulengymnastik nicht mehr wegzudenken. Isolierte Übungen werden zunehmend durch komplexe Bewegungsmuster ersetzt. [Anmeldung hier](#) →

**09.03.24****9-13 Uhr**

Sportabzeichenprüfer Ausbildung

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung für gute und vielseitige körperliche Leistungs... [Anmeldung hier](#) →

**06.04.24****9-17 Uhr**



Abenteuer- und Erlebnissport

Abenteuer- und Erlebnissport fördert auf spielerische Art und Weise das soziale Lernen und die persönliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. [Anmeldung hier →](#)



20.-21.04.24



9-16 Uhr



smovey

Mit „smovey“ können Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination für den gesamten Körper gezielt trainiert werden - vom Kindergarten- bis ins Seniorenalter. [Anmeldung hier →](#)



25.05.24



9-13 Uhr



Mediation und Achtsamkeit

Spielerische Übungen für mehr Ruhe und Entspannung auf Basis spezieller Achtsamkeitsmeditationen. [Anmeldung hier →](#)



01.06.24



9-13 Uhr



Übungsleiter C-Lizenzausbildung – C30 Modul

Die Leitung von Gruppen, das Selbstverständnis der eigenen Rolle als Übungsleiter*in oder Trainer*in sowie das Planen von Sport- und Trainingsangeboten sind die Kernthemen dieses Moduls. [Anmeldung hier →](#)



26.-28.07.24



9-17 Uhr



Übungsleiter C-Lizenzausbildung – C40 Modul

Die Leitung von Erwachsenengruppen, Entwicklungsphasen, altersgerechtes Training und die Gestaltung von Übungsstunden werden thematisiert. [Anmeldung hier →](#)



01.-04.08.24



9-17 Uhr



Laufschule

Laufen als Individualsport oder Laufen in der Gruppe. In dieser Fortbildung werden unter anderem Trainingsmethoden (z.B. Intervalle), (Trend-)Formen des Laufsports und Trainingsergänzungen vermittelt und ausprobiert. [Anmeldung hier](#) →



31.08.24



9-13 Uhr



Erste Hilfe

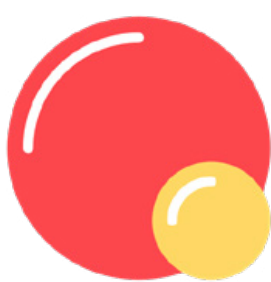
In Kooperation mit der DLRG OG Nordhorn sollen die Kursteilnehmer Kenntnisse und Fähigkeiten zur Vermeidung von Sportunfällen sowie ein sachgerechtes Verhalten bei der Ersten Hilfe erwerben. [Anmeldung hier](#) →



07.09.24



9-18 Uhr



Faszientraining

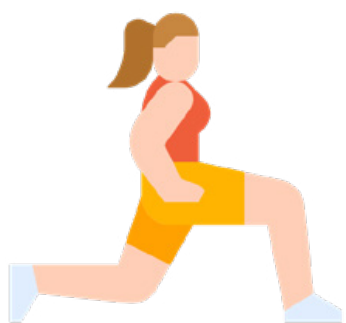
Durch Faszientraining gezielt Engpässe im Körper aufbrechen. Mit Übungen und Rollmassage, die unsere Bewegungsdefizite im Alltag ausgleichen und uns entspannter/beweglicher machen. [Anmeldung hier](#) →



21.09.24



9-13 Uhr



Step - weniger ist mehr

Eine sichere Hinführung zu einer strukturierten Stunde mit durchschaubarem Levelsystem. Eine schweißtreibende Mischung aus Choreographie und Workout. [Anmeldung hier](#) →



09.11.24



9-13 Uhr



Koordinationstraining

Die koordinativen Fähigkeiten bilden das Grundgerüst beim Erlernen von allen Sportarten. Ohne die fundierte Ausbildung der koordinativen Fähigkeiten fällt das Erlernen neuer Bewegungen schwer... [Anmeldung hier](#) →



23.11.24



9-17 Uhr



Sprache lernen in Bewegung für den Elementarbereich

Die Bewegungsspiele haben sowohl einen sportlichen als auch einen sprachlichen Trainingseffekt und sind für gemischte Gruppen im Alter von 8-14... [Anmeldung hier →](#)



09.03.24



9-13 Uhr



Wassergewöhnung

Kleine Spiele, Situationen über und unter dem Wasser gehören zu den Inhalten. [Anmeldung hier →](#)



17.08.24



9-13 Uhr



Exekutive Funktionen durch Sport und Bewegung trainieren

Exekutive Funktionen sind für die kindliche Entwicklung von immenser Bedeutung. Zu den exekutiven Funktionen gehören das Arbeitsgedächtnis,... [Anmeldung hier →](#)



28.09.24



9-13 Uhr



Sprache lernen in Bewegung für den Primarbereich

Die Bewegungsspiele haben sowohl einen sportlichen als auch einen sprachlichen Trainingseffekt und sind für gemischte Gruppen im Alter von 8-14... [Anmeldung hier →](#)



16.11.24



9-13 Uhr



Schulsportassistenten-ausbildung

Ziel der Ausbildung ist es im außerunterrichtlichen Schulsport und im Sportverein Verantwortung... [Anmeldung hier](#) →



14.03.-17.03.24



9-17 Uhr



Jugendleiterfortbildung / Abenteuer- und Erlebnissport

Ausprobieren und Neues erleben! Das kannst du in der Juleica Auffrischung "Abenteuer- und Erlebnissport"...

[Anmeldung hier](#) →



06.04.24



9-18 Uhr



Grundlehrgang Klettern – Toprope

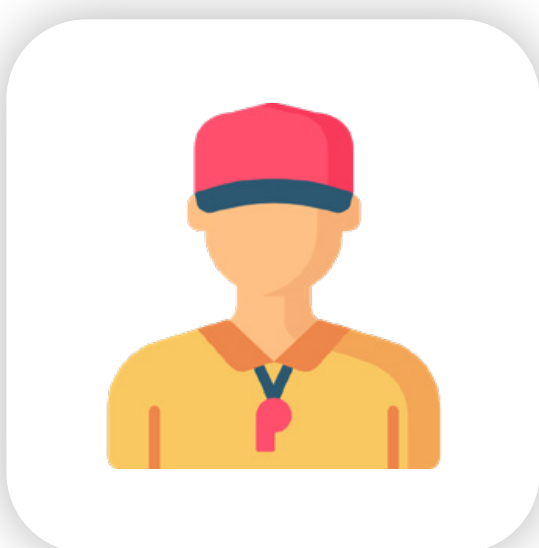
Für dich soll es hoch hinausgehen? Mach deine ersten Schritte an der Kletterwand und lerne zu sichern und die ersten Meter zu erklimmen. [Anmeldung hier](#) →



04.-05.05.24



9:30-14:30 Uhr



Schulsportassistenten-ausbildung

Ziel der Ausbildung ist es im außerunterrichtlichen Schulsport und im Sportverein Verantwortung zu... [Anmeldung hier](#) →



26.-29.09.24



9-17 Uhr



JULEICA - Ausbildung

In der Ausbildung geht es um die Gestaltung von Angeboten, die sich an den Interessen von Kindern und Jugendlichen orientieren und über den „normalen“ Übungs- und Trainingsbetrieb hinausgehen. [Anmeldung hier](#) →



07.-12.10.24



9-17 Uhr



Jugendleiterfortbildung / Social Media und kleine Spiele

Welche Programme nutzen junge Menschen, um täglich miteinander zu kommunizieren und wie kann ich mein Anliegen dort platzieren? Was ist ein Boomerang bei Instagram und lohnt sich Facebook für... [Anmeldung hier](#) →



09.11.24



9-18 Uhr



Beschäftigung im Sportverein

Der Verein als Arbeitgeber: Sozialversicherung und Lohnsteuer, Merkmale der selbständigen und nichtselbständigen Tätigkeit, Minijob, Mitglieder als Beschäftigte, Ehrenamtliche Tätigkeiten. [Anmeldung hier](#) →



06.03.24



18-21:15 Uhr



Satzung

Dieser Qualifix- Baustein richtet sich an Vereinsvorstände und Funktionsträger in Vereinen, die sich über die rechtlichen Grundlagen des Vereinsrechts, insbesondere der Vereins-satzung informieren möchten. [Anmeldung hier](#) →



05.06.24



18-21:15 Uhr



Gewinnung von Mitarbeiter:innen

Wie schaffe ich es, mit ehrenamtlichem Personal die vielfältigen Aufgaben und Anforderungen eines modernen Vereins zu bewältigen? [Anmeldung hier](#) →



06.11.24



18-21:15 Uhr