

## Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere Ausbildung 2025

Der BLSV Bezirk Oberfranken bietet eine Ausbildung zum Erwerb der ersten Lizenzstufe Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere an.

Die Ausbildung setzt sich aus drei Bausteinen zusammen:

- Modul 1 - Basis (30 UE)
- Modul 2 - Aufbau (60 UE)
- Modul 3 - Prüfung (30 UE)

Die Module können innerhalb von zwei Jahren in dieser Reihenfolge absolviert werden und führen zum Lizenzerhalt.

### MODUL 1 - BASIS

#### Inhalte:

- Strukturen und Aufgaben im organisierten Sport
- Übungsleiter und Angebot - "sportlicher Wegbereiter und -begleiter"
- Pädagogische Aspekte zur Breitensportpraxis
- Sportbiologisches Basiswissen
- Basiswissen der Bewegungs- und Trainingslehre mit Transfer in die Sportpraxis
- Circuittraining in der Praxis
- Einführung in Bewegungsspiele - kleine Spiele mit verschiedenen Zielsetzungen
- Einführung in einfache Techniken der Entspannung und Körperwahrnehmung

#### Teilnahmevoraussetzungen:

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

ausreichende Fertigkeiten im Schwimmen

volle Sporttauglichkeit

Vollendung des 16. Lebensjahres (Aushändigung der Lizenz bereits mit 16)

#### Umfang:

Die Ausbildung erfolgt nach den geltenden Richtlinien des DOSB und umfasst 30 Unterrichtseinheiten.

**Veranstaltungspreis:** 70,00 EUR

**Frühbucherpreis:** 65,00 EUR (bis 24.11.2024)

**Termin:** 15./16.02.2025  
22.02.2025

**Lehrgangsort:** Kulmbach  
**Lehrgangsnummer:** 104CEB0125

## MODUL 2 - AUFBAU

### Inhalte:

- Vertiefung zum sportbiologischen Basiswissen
- Psychologische Aspekte zur Breitensportpraxis
- Kondition, Fitness und Gesundheit in der sportpraktischen Umsetzung
- Spiele spielen - von kleinen Spielen zu den großen Sportspielen
- Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletische Grundformen für den Breitensport
- Turnen und Bewegen mit und an Geräten
- Entspannung, Körperwahrnehmung und Stressbewältigung über Bewegung
- Trainings für die eigene Sportpraxis - Lehrversuche

### Teilnahmevoraussetzungen:

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Teilnahme am Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere Modul 1 - Basis

### Umfang:

Die Ausbildung erfolgt nach den geltenden Richtlinien des DOSB und umfasst 60 Unterrichtseinheiten.

**Veranstaltungspreis:** 140,00 EUR

**Frühbucherpreis:** 120,00 EUR (bis 02.12.2024)

**Termin:**  
23.02.2025  
15./16.03.2025  
22./23.03.2025  
29.03.2025

**Lehrgangsort:** Kulmbach

**Lehrgangsnummer:** 104CEA0125

## MODUL 3 - PRÜFUNG

### Inhalte:

- Basiswissen zur gesunden Ernährung
- Basiskompetenzen zur Prävention sexualisierter Gewalt
- sportpraktische Inhalte, insbesondere Trends und ausgewählte Sportarten für den Breitensport wie z.B. Outdoor-Training, Schnupperstunden in Trendsportarten u.ä.m.
- Lehrprobe
- Schriftlicher Theorietest

### Teilnahmevoraussetzungen:

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Teilnahme am Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere Modul 1 - Basis

Teilnahme am Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere Modul 2 - Aufbau

1. Hilfe Kurs (9 UE) nicht älter als 2 Jahre

### Umfang:

Die Ausbildung erfolgt nach den geltenden Richtlinien des DOSB und umfasst 30 Unterrichtseinheiten inkl. Prüfung.

### Prüfungsform und -umfang:

Die Prüfung besteht aus einem schriftlichen Theorietest und der praktischen Lehrprobe (Lehreignungsprüfung).

Der erfolgreiche Abschluss und die regelmäßige Teilnahme am Lehrgang sind Voraussetzungen zur Lizenzerteilung.

**Veranstaltungspreis:** 70,00 EUR

**Frühbucherpreis:** 65,00 EUR (bis 06.01.2025)

**Termin:**  
30.03.2025  
05./06.04.2025  
12.04.2025

**Lehrgangsort:** Kulmbach  
**Lehrgangsnummer:** 104CEP0125

Registrieren und Anmeldungen können Sie sich über [www.blsv-qualinet.de](http://www.blsv-qualinet.de). Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer im Suchfeld ein. Bitte halten Sie auch die BLSV-Vereinsnummer ihres Sportvereins griffbereit.

Die Ausbildung wird gefördert mit Mitteln des Bezirks Oberfranken.

