

Lizenzlehrgang 2 Übungsleiter C 92 LE Blended learning

Lehrgangsnummer: LÜC
Lerneinheiten: 9200
Träger: Keissportbund Mittelsachsen e.V.
Kosten: Nicht-Sportvereinsmitglied
270 €
Sportvereinsmitglied
210 €
Anmeldeschluss: 03.09.2021, 00:00 Uhr
Stornofrist: 13.09.2021

Termine

17. - 19.09.2021, 17:00 - 17:00 Uhr

Ort: Sporthalle Erich-Viehweg Oberschule
Altenhainer Straße 34, 09669 Frankenberg/Sachsen)
Ablauf: 17.09.2021 - 17:00-21:00
18.09.2021 - 09:00-17:00
19.09.2021 - 09:00-17:00
Hinweis: Am 18.09. und 19.09. werden Sportsachen benötigt.
Ein vegetarisches Mittagessen an diesen Tagen wird
gestellt.

16. - 17.10.2021, 09:00 - 17:00 Uhr

Ort: Sporthalle Erich-Viehweg Oberschule
Altenhainer Straße 34, 09669 Frankenberg/Sachsen)
Ablauf: 16.10.2021 - 09:00-17:00
17.10.2021 - 09:00-17:00
Hinweis: Am 16.10. und 17.10. werden Sportsachen benötigt.
Ein vegetarisches Mittagessen an diesen Terminen wird
gestellt.

05. - 07.11.2021, 17:00 - 17:00 Uhr

Ort: Sporthalle Erich-Viehweg Oberschule
Altenhainer Straße 34, 09669 Frankenberg/Sachsen)
Ablauf: 05.11.2021 - 17:00-21:00
06.11.2021 - 09:00-17:00
07.11.2021 - 09:00-17:00
Hinweis: Am 06.11. und 07.11. werden Sportsachen benötigt.
Ein vegetarisches Mittagessen an diesen beiden Terminen
wird gestellt.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Grundlagen der Erwärmung, des Hauptteils und des Cool Downs
- Theorie und Praxis der kleinen Spiele
- Formen des Ganzkörpertrainings (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit)
- Entspannungstechniken
- Grundlagen der Sportarten: Ultimate Frisbee, Leichtathletik, Badminton, Brennball, Turnen
- Planung, Organisation, Durchführung von Sportveranstaltungen
- Abnahme des Deutschen Sportabzeichen in Theorie und Praxis
- Ernährung
- Sportmedizin
- Gruppendynamische Prozesse
- Physiotherapie und Faszientraining
- Kinder/Jugendsport oder Erwachsenen/Älterensport
- Schriftliche Hausarbeit + praktische Prüfung
- Trendsportarten + Bewegungsabenteuer

Hinweis

Achtung Lehrgang findet im Blended Learning Format statt!

Einige Inhalte werden über eine online Plattform im Selbststudium vermittelt.

Zwischen den Lehrgangwochenenden müssen Aufgaben selbstständig bearbeitet werden.

Es gelten die Teilnahmebedingungen des KSB Mittelsachsen e.V.

Veranstalter

Kreissportbund Mittelsachsen

Karl-Kegel-Str. 75

09599 Freiberg

Tel. +49 . 3731 . 1633340

Fax +49 . 3731 . 1633349

kontakt@ksb-mittelsachsen.de

www.ksb-mittelsachsen.de