

## Lizenzlehrgang Übungsleiter-C "Breitensport" Freital

Lehrgangsnummer: LA 01/26  
Lerneinheiten: 90  
Träger: Kreissportbund Sächsische Schweiz - Ostergebirge e.V.  
Kosten: 390 € | Teilnahmegebühr  
260 € | Sportvereinsmitglied KSB-SSB  
Anmeldeschluss: 22.03.2026, 00:00 Uhr  
Stornofrist: 22.03.2026

### Termine

*28.03.2026, 08:00 - 15:30 Uhr*

Ort: Turnhalle Zauckerode  
Ringstraße 2, 01705 Freital  
Referent:innen: Valentin Herlt / Rita Knauer

*01.04.2026, 17:00 - 21:00 Uhr*

Ort: Bildungs- und Beratungszentrum Freital  
Richard-Hofmann-Weg 3, 01705 Freital  
Referent:in: Referententeam "Im Sport verein[t] für Demokratie"

*25.04.2026, 08:00 - 13:00 Uhr*

Ort: Bildungs- und Beratungszentrum Freital  
Richard-Hofmann-Weg 3, 01705 Freital  
Referent:innen: Mario Kühne / Roy Wend

*29.04.2026, 17:00 - 21:00 Uhr*

Ort: Bildungs- und Beratungszentrum Freital  
Richard-Hofmann-Weg 3, 01705 Freital  
Referent:in: Lutz Müller

*06.05.2026, 17:00 - 21:00 Uhr*

Ort: Bildungs- und Beratungszentrum Freital  
Richard-Hofmann-Weg 3, 01705 Freital  
Referent:in: Lutz Müller

*09.05.2026, 08:00 - 15:30 Uhr*

Ort: Turnhalle Zauckerode  
Ringstraße 2, 01705 Freital  
Referent:innen: Norman Heidenbluth / Cathleen Richter

*30.05.2026, 08:00 - 15:30 Uhr*

Ort: Turnhalle Zauckerode  
Ringstraße 2, 01705 Freital  
Referent:in: Sylvia Lewalder (Inh. Kinderturnzeit)

*03.06.2026, 17:00 - 20:00 Uhr*

Ort: Bildungs- und Beratungszentrum Freital  
Richard-Hofmann-Weg 3, 01705 Freital  
Referent:in: Katharina Röger

13.06.2026, 08:00 - 15:30 Uhr

Ort: Turnhalle Zauckerode  
Ringstraße 2, 01705 Freital  
Referent:innen: Valentin Herlt / Antje Ullrich

## **Inhaltliche Schwerpunkte**

Die Übungsleiter C-Lizenz ist die Grundlage für qualifiziertes Training im Sportverein – sportartenübergreifend, vielseitig und praxisnah. Sie bereitet Sie darauf vor, selbstständig Trainingseinheiten zu planen, methodisch aufzubauen und sicher anzuleiten. Gleichzeitig stärkt sie Ihre pädagogischen, kommunikativen und organisatorischen Kompetenzen, damit Sie Gruppen jeden Alters verantwortungsvoll leiten können.

### **Lernformat: Präsenz + Blended Learning**

Damit Sie optimal vorbereitet sind und ihr Terminkalender nicht zu beansprucht wird, beinhaltet die Ausbildung neben den Präsenzterminen auch Online-Aufgaben. Diese digitalen Einheiten vertiefen zentrale Inhalte und unterstützen Sie dabei, das Gelernte zwischen den Treffen zu festigen. Die Teilnahme setzt daher ein gewisses Maß an selbstständigem Arbeiten voraus.

### **Warum diese Lizenz so wichtig ist**

Sportvereine brauchen engagierte und gut ausgebildete Übungsleiter. Sie leisten damit einen wertvollen Beitrag für Sportler aller Altersstufen und stärken zugleich die Zukunft Ihres Vereins.

### **Was Sie erwartet**

Die Ausbildung vermittelt ein breites Kompetenzspektrum, das für eine verantwortungsvolle Tätigkeit im Verein essenziell ist. Die Inhalte sind dabei so aufbereitet, dass Sie sowohl pädagogisch als auch fachlich sicher agieren können.

Behandelt werden unter anderem:

- **Grundlagen des Trainings und der Bewegungslehre**, inkl. praktischer Methoden für vielseitige, gesundheitsorientierte Übungseinheiten.
- **Arbeiten mit unterschiedlichen Alters- und Zielgruppen**, vom Kinder- bis zum Erwachsenentraining, inklusive besonderer Bedürfnisse und diverser Lebenswelten.
- **Pädagogische und kommunikative Fähigkeiten**, um Gruppen sicher anzuleiten, Motivation aufzubauen und mit herausfordernden Situationen professionell umzugehen.
- **Gesundheitliche Aspekte**, wie Prävention, Belastungssteuerung, Entspannung und ein ganzheitliches Verständnis von Wohlbefinden.
- **Gesellschaftliche und organisatorische Themen**, wie sicheres und diskriminierungsfreies Sporttreiben, Nachhaltigkeit im Verein sowie Grundlagen für eine gelingende Veranstaltungs- und Trainingsorganisation.
- **Praxisbausteine**, in denen Sie Übungseinheiten planen, ausprobieren, reflektieren und in Lehrproben erproben.

## **Hinweis**

### **Zulassungsvoraussetzungen:**

- Mindestalter 16 Jahre
- Mitgliedschaft in einem Sportverein des LSB Sachsen
- Teilnahme an einem anerkannten Grundlehrgang des DOSB über 30 LE (nicht älter als 2 Jahre)
- Erste-Hilfe-Lehrgang 8 LE (nicht älter als 2 Jahre)

Link zum Teilen: <https://bildungsportal.sport-fuer-sachsen.de/detail-6038>

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für Lehrgänge des Kreissportbundes SOE.

## **Veranstalter**

Kreissportbund Sächsische Schweiz – Osterzgebirge

**Valentin Herlt**

Vereinsberater Aus- und Fortbildung

Kreissportbund Sächsische Schweiz - Osterzgebirge e.V.

Gartenstraße 24

01796 Pirna

Tel.: 03501 / 49190-13

E-Mail: [herlt@kreissportbund.net](mailto:herlt@kreissportbund.net)

Web: [www.kreissportbund.net](http://www.kreissportbund.net)