

## Übungsleiter - B, Fit im Alter, Sturzprävention und Einweisung Standardprogramme

Lehrgangsnummer:	ÜLB 19
Lerneinheiten:	20
Träger:	Landessportbund Sachsen e.V.
Kosten:	150 €   Nicht-Sportvereinsmitglied 120 €   Sportvereinsmitglied
Stornofrist:	28.06.2019

### Termin

09. - 11.08.2019, 19:00 - 12:00 Uhr

Ort: Sportschule Werdau  
An der Sportschule 1, 08412 Werdau

Ablauf:

- Freitag:  
17.00 Uhr Anreise und Abendessen  
19.00 Uhr - 21.15 Uhr
- Samstag:  
07.30 Uhr Frühstück  
08.30 Uhr - 18.00 Uhr
- Sonntag:  
07.30 Uhr Frühstück  
08.30 Uhr - 12.00 Uhr  
anschl. Mittagessen und Abreise

Hinweis: Dieses Angebot richtet sich an interessierte Personen, die vielfältige Sport- und Bewegungsangebote speziell für Ältere anbieten wollen oder bereits anbieten aber noch nicht ausreichend für diese Aufgabe qualifiziert sind. Es werden theoretische Grundlagen zur Arbeit mit älteren Menschen vermittelt und praktische Übungsangebote vorgestellt.

### Inhaltliche Schwerpunkte

- Einführung in das stand. Programm „Sturzprävention“
- Grundlagen der koordinativen Fähigkeiten/Propriozeption
- Didaktik und Methodik
- Training der koordinativen Fähigkeiten
- Koordinationstraining/Sturzprophylaxe mit und ohne Kleingeräte
- Einführung in das AlltagsTrainingsProgramm (ATP)
- Philosophie, Zielgruppe, Zielsetzungen, Umsetzung, Rahmenbedingungen, didaktisch-methodisches Grundverständnis
- Kursaufbau und -inhalte mit der exemplarischen Durchführung von zwei Modellstunden
- Besonderheiten des ATP
- Organisation und Durchführung eines ATP-Kurses
- Qualitätssicherung

## **Hinweis**

Diese Ausbildung beinhaltet die Einweisung in die Standardprogramme Sturzprävention und Alltagstrainingsprogramm (ATP).

Es werden für den Lehrgang **20 LE** (Lerneinheiten) zertifiziert.

Dieser Lehrgang unterliegt den **Stornobedingungen** des Landessportbund Sachsen  
( <https://www.sport-fuer-sachsen.de/bildung/teilnehmerinformationen> )

## **Veranstalter**

Landessportbund Sachsen

Goyastr. 2d

04105 Leipzig

[www.sport-fuer-sachsen.de/bildung](http://www.sport-fuer-sachsen.de/bildung)