

## Lehrgänge 2022

Dieser Flyer enthält eine Übersicht über die **Aus- und Fortbildungstermine** der SportRegion Hannover für das Jahr 2022.

Ausführliche Informationen, Beschreibungen der Lehrgänge, **Anmeldemöglichkeiten** sowie genaue Angaben zu den Lehrgangsorten gibt es unter:

[www.bildungsportal.lsb-niedersachsen.de](http://www.bildungsportal.lsb-niedersachsen.de)



Es gelten die AGB des LandesSportBundes Niedersachsen und der SportRegion Hannover.

Veranstalter: ■ SSB Hannover ■ RSB Hannover

**INFO**

Für diese Veranstaltung kann Bildungsurlaub nach dem Nds. Bildungsurlaubsgesetz beantragt werden.

Blended Learning (Mischung Präsenz/Online)

Online-Seminar

Mit Gebärdendolmetscher:innen

**INFO**

**Ausbildung ÜL C Breitensport (sportartübergreifend)**

Die C Lizenz Breitensport ist die Ausbildung der ersten Lizenzstufe. Sie umfasst 120 Lerneinheiten (LE) und ist in 2022 neu gegliedert: in Modul C-30 (30 LE, Blended Learning-Format), Profilmodul C-40 Kinder oder Erwachsene (40 LE, Präsenz) und den Bereich C-50flex (50 LE Präsenz- und Online-Formate). Die Reihenfolge ist nicht wichtig, sondern flexibel belegbar. Erforderlich ist auch ein Erste Hilfe-Schein (nicht älter als 2 Jahre). Zur Ausstellung der ÜL C Lizenz muss zudem eine vom LSB vorgegebene, unterschriebene Verhaltensrichtlinie zum Thema Schutz vor sexualisierter Gewalt vorgelegt werden.

Voraussetzung zum Erwerb der ÜL C Lizenz ist die Vollendung des 16. Lebensjahres und die Mitgliedschaft in einem Sportverein des LSB Niedersachsen/DOSB.

### AUSBILDUNG ÜL C - Modul C-30

- **Basismodul C-30 - Sport verstehen und vermitteln**  
vorgeschaltete Online-Phase: LSB Online-Campus  
Hannover 30 LE 90,00 €  
Sa. 26.02.2022 (Präsenz) 09:00 - 18:00 Uhr  
nachgeschaltete Online-Phase: LSB Online-Campus
- **Basismodul C-30 - Sport verstehen und vermitteln**  
Langenhagen 30 LE 90,00 €  
Sa. 01.10. - Mo. 03.10.2022 Sa. 09:00 - Mo. 18:00 Uhr
- **Basismodul C-30 - Sport verstehen und vermitteln**  
vorgeschaltete Online-Phase: LSB Online-Campus  
Langenhagen 30 LE 90,00 €  
Sa. 03.12.2022 (Präsenz) 09:00 - 18:00 Uhr

### AUSBILDUNG ÜL C - Profilmodul C-40

- **C-40 Erwachsene bewegen und begleiten Teil 1**  
Hannover 40 LE 120,00 €  
Fr. 18.03. - So. 20.03.2022 Fr. 17:00 - So. 14:00 Uhr
- **Teil 2**  
Hannover  
Fr. 25.03. - So. 27.03.2022 Fr. 17:00 - So. 14:00 Uhr
- **C-40 Kinder bewegen und begleiten**  
Neustadt 40 LE 120,00 €  
Sa. 15.10. - Di. 18.10.2022 Sa. 09:00 - Di. 18:00 Uhr

### ÜL C FLEXBEREICH

- **Die virtuelle, die hybride Sporthalle**  
LSB Online-Campus 3 LE kostenfrei  
Do. 20.01.2022 18:00 - 20:15 Uhr
- **Sport mit Alltagsmaterialien**  
LSB Online-Campus 3 LE 10,00 €  
Do. 27.01.2022 18:00 - 20:15 Uhr
- **Haftpflicht für ÜL – Auffrischung und neue Regeln**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 04.02.2022 17:00 - 21:00 Uhr
- **Motivation und Zielsetzung im Sport**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 18.02.2022 18:00 - 22:00 Uhr

- **AlltagsFitnessTest-Praxisprogramm**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 23.04.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Kinder zum Sport im Sportverein motivieren!**  
LSB Online-Campus 5 LE 10,00 €  
Sa. 30.04.2022 09:30 - 13:30 Uhr
- **Trendsportarten entdecken & einbinden!**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 07.05.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Kinder mit besonderen Bedürfnissen**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
So. 15.05.2022 09:00 - 13:00 Uhr
- **Bike-Fitness-Tour**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 04.06.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Bootcamp – ein abwechslungsreiches Gruppen-Trainingsprogramm**  
LSB Online-Campus 15 LE 45,00 €  
Fr. 24.06.2022 18:00 - 22:00 Uhr  
Hannover  
Sa. 25.06.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Mini-Sportabzeichen**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 10.09.2022 09:00 - 16:00 Uhr
- **Spielend leicht Spiele spielen**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Mi. 21.09.2022 18:00 - 22:00 Uhr
- **Senioren mobil halten!**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 08.10.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Effektives Beweglichkeitstraining**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
So. 20.11.2022 09:00 - 13:00 Uhr
- **Bauchmuskeltraining & Ernährung**  
LSB Online-Campus 5 LE 10,00 €  
Fr. 25.11.2022 18:00 - 22:00 Uhr
- **Fitte Kids!**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Sa. 03.12.2022 09:00 - 14:00 Uhr

**INFO**

Die lokalen Qualitätszirkel (LQZ) sind Fortbildungen, die speziell an die Zielgruppe der **Lehrer:innen und Erzieher:innen** gerichtet sind. Sie können aber auch von Übungsleiter:innen zur C-Lizenzverlängerung genutzt werden.

### LOKALE QUALITÄTSZIRKEL (LQZ)

- **Sprache Lernen in Bewegung (Primarbereich / Grundschule)**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Sa. 21.05.2022 09:00 - 13:00 Uhr
- **Bewegungsgeschichten**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Sa. 21.05.2022 14:00 - 18:00 Uhr
- **Gesunde Füße – von Anfang an**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Fr. 16.09.2022 18:00 - 22:00 Uhr
- **Inklusion**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
n. n.

### Erste Hilfe

- **Erste Hilfe für Übungsleiter:innen +**  
Mellendorf 9 LE 10,00 €  
Sa. 23.04.2022 09:00 - 17:00 Uhr
- **Erste Hilfe für Übungsleiter:innen +**  
Mellendorf 9 LE 10,00 €  
Sa. 19.11.2022 09:00 - 17:00 Uhr

### WEITERE VERANSTALTUNGEN

- **Sportabzeichenprüferseminar**  
Hemmingen 8 LE kostenfrei  
Sa. 19.03.2022 09:30 - 16:30 Uhr
- **Sportabzeichenprüferseminar**  
Hannover 8 LE kostenfrei  
Sa. 26.03.2022 09:00 - 16:00 Uhr



Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 · 30169 Hannover  
www.ssb-hannover.de

Ihre Ansprechpartnerinnen:

- Anne Nyhuis, Sportreferentin für Bildung  
Aufgabenbereich: **ÜL C Breitensport**  
Tel.: 0511 1268 - 5306, Fax: 0511 1268 - 45306  
E-Mail: a.nyhuis@ssb-hannover.de
- Ilka Winkler, Sportreferentin für Bildung  
Aufgabenbereich: **ÜL B Prävention**  
Tel.: 0511 1268 - 5305, Fax: 0511 1268 - 45305  
E-Mail: i.winkler@ssb-hannover.de



regionssportbund hannover e.V.

Maschstraße 20 · 30169 Hannover  
www.rsbhannover.de

Ihr Ansprechpartner:

- Felix Decker, Sportreferent für Bildung und Sportjugend  
Aufgabenbereich: **Qualifix und Sportjugend**  
Tel.: 0511 8007978 - 41, Fax: 0511 8007978 - 81  
E-Mail: decker@rsbhannover.de

Erstelldatum des Flyers: Dezember 2021  
Bitte erkundigen Sie sich über mögliche Änderungen!

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.



**Niedersachsen**

Die **B-Lizenz Prävention** ist die Ausbildung der zweiten Lizenzstufe. Mit 100 LE zu Themen des Gesundheitssports, umfasst sie den Basislehrgang (30 LE), den Aufbaulehrgang (40 LE) und den Abschlusslehrgang (30 LE). Zur Teilnahme an der B-Lizenz-Ausbildung wird eine gültige C-Lizenz vorausgesetzt.

#### AUSBILDUNG ÜL B

- **ÜL B Basislehrgang Gesundheitssport**  
vorgeschaltete Online-Phase: LSB Online-Campus Hannover  
Hannover 30 LE 120,00 €  
Fr. 16.09. - So. 18.09.2022  Fr. 15:00 - So. 14:00 Uhr  
nachgeschaltete Online-Phase: LSB Online-Campus
- **ÜL B Aufbaulehrgang Gesundheitssport**  
Hannover 40 LE 130,00 €  
Di. 04.10. - Fr. 07.10.2022  Di. 10:00 - Fr. 18:00 Uhr
- **ÜL B Abschlusslehrgang Gesundheitssport**  
Hannover 30 LE 120,00 €  
Fr. 11.11. - So. 13.11.2022 Fr. 15:00 - So. 14:00 Uhr

#### ÜL B FORTBILDUNGEN

- **Familien online bewegen: Good morning to you**  
LSB Online Campus  3 LE kostenfrei  
Mi. 19.01.2022 18:00 - 20:15 Uhr
- **Richtig dehnen und Krafttraining pur – Training effektiver gestalten**  
LSB Online-Campus  15 LE 45,00 €  
Fr. 04.02. - Sa. 05.02.2022 Fr. 16:00 - Sa. 18:00 Uhr
- **Einweisung Serviceplattform und Masterprogramme**  
LSB Online Campus  4 LE 10,00 €  
Di. 15.02.2022 18:00 - 21:15 Uhr
- **Qi Gong**  
Hannover, LSB Online Campus  30 LE 90,00 €  
Sa. 05. - So. 06.03. und  
Sa. 03. - So. 04.09., dazwischen  
online 23.04., 11.06. und 02.07.

- **Sturzprävention – Standardisiertes Kursprogramm**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 12.03.2022 09:00 - 16:00 Uhr
- **Anatomie zum Anfassen – Muskeln kennen, sehen, fühlen**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 02.04.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Nordic Walking – Standardisiertes Kursprogramm**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 09.04.2022 09:00 - 16:00 Uhr
- **Gesundheit kompakt – was unser Immunsystem mit unseren Faszien und Meridianen zu tun hat**  
Hannover 30 LE 90,00 €  
Di. 17.05. - Do. 19.05.2022  Di. 09:00 - Do. 18:00 Uhr
- **Outdoorworkout mit Baby**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 21.05.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- **Rückkehr in den Sport**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 09.09.2022 18:00 - 22:00 Uhr
- **Ganzheitlicher Gesundheitssport – emotionale, soziale und kognitive Ressourcen aktivieren**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 17.09.2022 09:00 - 16:00 Uhr
- **Kraftvoll ins / im Alter – Was der Körper wirklich braucht**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 01.10.2022 09:00 - 16:00 Uhr
- **Alltagsgerechte Rückenübungsnacks für jeden**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 07.10.2022 18:00 - 22:00 Uhr
- **Warm up - Cool down**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 04.11.2022 18:00 - 22:00 Uhr

**Aufgrund der pandemischen Entwicklungen kann es bei den Angeboten kurzfristig zu Änderungen kommen.**

AKTIV FÜR VEREINE –  
STARK FÜR DIE BILDUNG!

# Aus- und Fortbildungen

## Termine 2022

Übungsleiter:innen C Breitensport  
Übungsleiter:innen B Prävention