



Ausbildung 2023



ÜL B Ausbildung

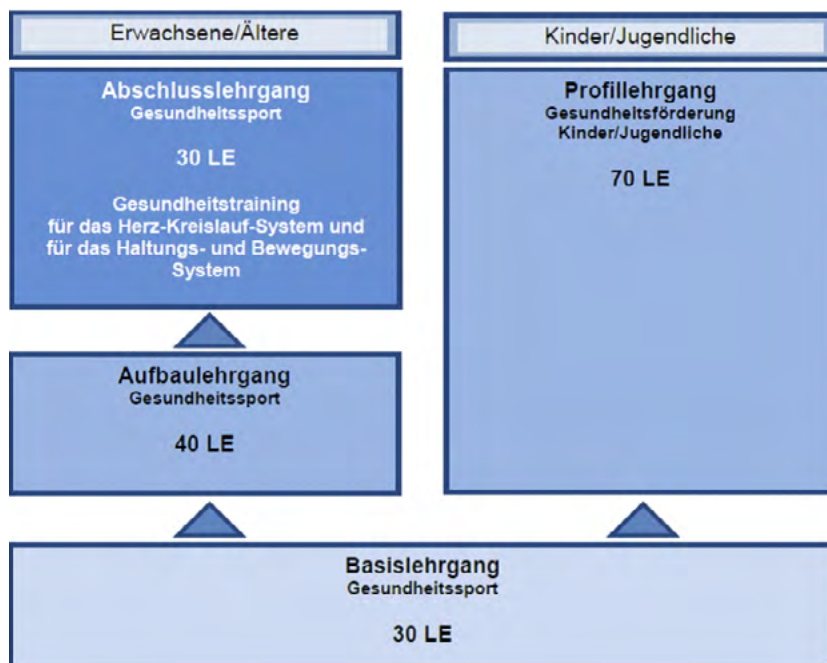
Übungsleiterausbildung B „Sport in der Prävention“ (2. Lizenzstufe)

Die Ausbildung zum ÜL B „Sport in der Prävention“ qualifiziert Übungsleiter:innen der 1. Lizenzstufe im **Gesundheitssport** tätig zu werden.

Die Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung sind ein gültiger Lizenzabschluss der 1. Lizenzstufe (ÜL C Lizenz) und die Vollendung des 18. Lebensjahres. Darüber hinaus ist die praktische Erfahrung in der Arbeit mit Erwachsenen oder Älteren bzw. mit Kindern oder Jugendlichen als qualifizierter Übungsleiter:in im Verein über mindestens 12 Monate erforderlich.

Die Abschnitte der ÜL B Ausbildung (100 LE) bauen aufeinander auf und müssen in der vorgegebenen Reihenfolge vollständig absolviert werden (Basis-, Aufbau-, Abschlusslehrgang Gesundheitssport).

In der Ausbildung ist eine Spezialisierung auf „Kinder/Jugendliche“ möglich. Für das Profil Kinder/Jugendliche sind der Basislehrgang und der Profillehrgang Kinder/Jugendliche erforderlich.



DOSB B-LIZENZ AUSBILDUNG

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ Basislehrgang Gesundheitssport	Mo. - Do. Fr. Sa. So. Mo. - Mi.	28.08. - 07.09. (Online-Phase) 08.09. (Präsenz) 09.09. (Präsenz) 10.09. (Präsenz) 11.09. - 20.09. (Online-Phase)	ab 15:00 Uhr ganztägig bis 13:00 Uhr	Hannover + online	30
■ Aufbaulehrgang Gesundheitssport ☀	Mo. Di. Mi. Do.	09.10. 10.10. 11.10. 12.10.	ab 09:30 Uhr ganztägig ganztägig bis 18:00 Uhr	Hannover	40
■ Abschlusslehrgang Gesundheitssport	Fr. Sa. So.	17.11. 18.11. 19.11.	ab 15:00 Uhr ganztägig bis 13:00 Uhr	Hannover	30

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

Gebühren: Präsenz: bis 5 LE: 15,00 € / 6-10 LE: 30,00 € / 11-15 LE: 45,00 € / 16-20 LE: 60,00 € / 21-30 LE: 90,00 € / 31-40 LE: 120,00 €
Online: bis 5 LE: 10,00 €

Online-Anmeldung: Die Anmeldung zu allen Lehrgängen erfolgt über das Bildungsportal des LSB: bildungsportal.lsb-niedersachsen.de

Hinweis: Die Titel sind direkt mit dem LSB Bildungsportal verlinkt.

Veranstalter: ■ **StadtSportbund Hannover e.V.** · Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 · 30169 Hannover · www.ssb-hannover.de
■ **Regionssportbund Hannover e.V.** · Maschstraße 20 · 30169 Hannover · www.rsbhannover.de

Ihre Ansprechpartnerin für ÜL B

■ **Ilka Winkler**, Sportreferentin für Bildung, Tel.: 0511 1268 - 5305 · E-Mail: i.winkler@ssb-hannover.de



Niedersachsen

Gefördert aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes Niedersachsen



Fortbildungen 2023



ÜL B Fortbildung

FORTBILDUNGEN ÜL B

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ Vegane Ernährung im Sport	So.	12.02.	09:30 - 12:30 Uhr	online	4
■ Gesundheitssport im Verein – Vorteile für ÜL /Verein	Mo.	20.02.	18:00 - 19:30 Uhr	online	2
■ Schatztruhe Bewegung für das kindliche Gehirn	Fr.	03.03.	17:00 - 21:00 Uhr	Hannover	5
■ Sturzprävention: Einweisung in das standardisierte Kursprogramm	Sa.	04.03.	09:00 - 16:00 Uhr	Hannover	8
■ Laufen natürlich gesund	Sa.	15.04.	09:30 - 16:30 Uhr	Hannover	8
■ Trends im Gesundheitssport	Sa.	22.04.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	10
■ Kinesio-Fit-Kids	So.	23.04.	09:00 - 13:00 Uhr	Hannover	5
■ Können macht stark – Resilienz für Kinder	So.	23.04.	14:00 - 18:00 Uhr	Hannover	5
■ Sport nach Post/Long Covid	Mo.	15.05.	18:00 - 21:00 Uhr	Hannover	4
■ Nordisch Yoga, Resilienz & Achtsamkeit ☀	Di. - Do.	23.05. - 25.05.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	30
■ Unterwegs mit dem Fitness-Rucksack – auch im Gesundheitssport	Sa.	03.06.	09:30 - 16:30 Uhr	Hannover	8
■ Nordic Walking: Einweisung in das standardisierte Kursprogramm	Sa.	17.06.	09:00 - 16:00 Uhr	Hannover	8
■ Sturzprophylaxe und Yoga auf und mit dem SUP	Sa.	26.08.	09:00 - 18:00 Uhr	N.N.	10
■ Elemente aus dem Yoga in Sportkurse integrieren	Fr.	15.09.	17:00 - 21:00 Uhr	Hannover	5
■ Lachyoga	Mi.	01.11.	18:00 - 19:30 Uhr	online	2

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

Gebühren: Präsenz: bis 5 LE: 15,00 € / 6-10 LE: 30,00 € / 11-15 LE: 45,00 € / 16-20 LE: 60,00 € / 21-30 LE: 90,00 € / 31-40 LE: 120,00 €
Online: bis 5 LE: 10,00 €

Online-Anmeldung: Die Anmeldung zu allen Lehrgängen erfolgt über das Bildungsportal des LSB: bildungsportal.lsb-niedersachsen.de

Hinweis: Die Titel sind direkt mit dem LSB Bildungsportal verlinkt.

Veranstalter: ■ **StadtSportbund Hannover e.V.** · Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 · 30169 Hannover · www.ssb-hannover.de
■ **Regionssportbund Hannover e.V.** · Maschstraße 20 · 30169 Hannover · www.rsbhannover.de

Ihre Ansprechpartnerin für ÜL B

■ **Ilka Winkler**, Sportreferentin für Bildung, Tel.: 0511 1268 - 5305 · E-Mail: i.winkler@ssb-hannover.de



Niedersachsen

Gefördert aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes Niedersachsen



Ausbildung 2023



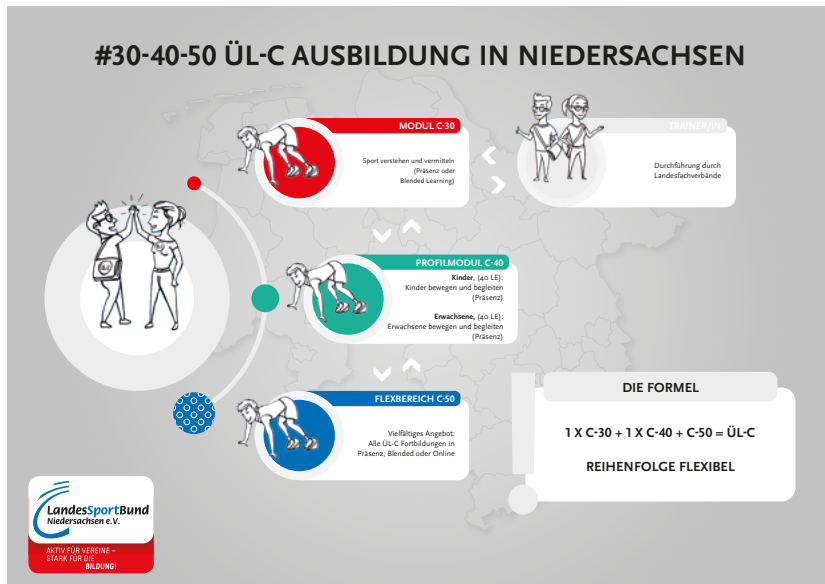
ÜL C Ausbildung

Ausbildung ÜL C Breitensport (1. Lizenzstufe, sportartübergreifend)

Die C Lizenz Breitensport ist die Ausbildung der ersten Lizenzstufe. Sie umfasst 120 Lerneinheiten (LE): Modul C-30 (30 LE), Profilmodul C-40 Kinder oder Erwachsene (40 LE, Präsenz) und den Bereich C-50 Flex (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 Vollen- dung des 16. Lebensjahres und die Mitgliedschaft in einem Sportverein des LSB Niedersachsen/DOSB.



DOSB C-LIZENZ AUSBILDUNG / MODUL C-30

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ C-30 Sport verstehen und vermitteln	Di. - Di. Sa. Do. Fr.	21.02. - 21.03. (Online-Phase) 18.03. (Präsenz) 23.02. (Online-Termin) 17.03. (Online-Termin)	09:00 - 18:00 Uhr 18:30 - 20:00 Uhr 18:30 - 19:15 Uhr	Hannover + online	30
■ C-30 Sport verstehen und vermitteln	Fr. - So.	11.08. - 13.08.	09:00 - 18:00 Uhr	Langenhagen	30
■ C-30 Sport verstehen und vermitteln	Do. - Sa. Sa. Do. Do. Do.	16.11. - 02.12. (Online-Phase) 02.12. (Präsenz) 16.11. (Online-Termin) 23.11. (Online-Termin) 30.11. (Online-Termin)	18:30 - 19:00 Uhr 18:30 - 19:00 Uhr 18:30 - 19:00 Uhr	Langenhagen + online	30

DOSB C-LIZENZ AUSBILDUNG / PROFIL-MODUL C-40

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ C-40 Erwachsene bewegen und begleiten Teil 1	Sa. - So. Mo. Mi.	29.04. + 30.04. (Präsenz) 17.04. (Online-Termin) 26.04. (Online-Termin)	09:00 - 18:00 Uhr 18:00 - 19:30 Uhr 18:00 - 19:30 Uhr	Hannover + online	40
■ C-40 Erwachsene bewegen und begleiten Teil 2	Sa. - So.	06.05. + 07.05.	09:00 - 18:00 Uhr		
■ C-40 Kinder und Jugendliche	Sa. - Di.	30.09. - 03.10.	09:00 - 18:00 Uhr	Neustadt	40

Gebühren: Präsenz: bis 5 LE: 15,00 € / 6-10 LE: 30,00 € / 11-15 LE: 45,00 € / 16-20 LE: 60,00 € / 21-30 LE: 90,00 € / 31-40 LE: 120,00 €
Online: bis 5 LE: 10,00 €

Online-Anmeldung: Die Anmeldung zu allen Lehrgängen erfolgt über das Bildungsportal des LSB: bildungsportal.lsb-niedersachsen.de

Hinweis: Die Titel sind direkt mit dem LSB Bildungsportal verlinkt.

Veranstalter: ■ **StadtSportbund Hannover e.V.** · Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 · 30169 Hannover · www.ssb-hannover.de
■ **Regionssportbund Hannover e.V.** · Maschstraße 20 · 30169 Hannover · www.rsbhannover.de

Ihre Ansprechpartner:in für ÜL C

■ **Anne Nyhuis**, Sportreferentin für Bildung, Tel.: 0511 1268 - 5306 · E-Mail: a.nyhuis@ssb-hannover.de
■ **Felix Decker**, Sportreferent für Bildung und Sportjugend, Tel.: 0511 8007978 - 41 · E-Mail: decker@rsbhannover.de



Niedersachsen

Gefördert aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes Niedersachsen



Fortbildungen 2023



ÜL C Fortbildung

FORTBILDUNGEN ÜL C / MODUL C-50 FLEX

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ Instagram für Übungsleiter:innen	Mi.	25.01.	18:00 - 21:00 Uhr	online	4
■ Wasserflaschen-Workout – ein effektives Ganzkörpertraining	Do.	26.01.	18:00 - 20:15 Uhr	online	3
■ Sport-Apps – Einsatz in Sportstunden	Sa.	04.02.	10:00 - 14:00 Uhr	Hannover	5
■ Bewegungsspiele mit Alltagsmaterialien – geeignet für Jung und Alt	So.	05.02.	10:00 - 14:00 Uhr	Hannover	5
■ Kinder zum Sport im Sportverein motivieren	Do.	02.03.	17:00 - 21:00 Uhr	online	5
■ Ausdauer mit Pfiff statt Laufen im Kreis	So.	12.03.	09:00 - 13:00 Uhr	Hannover	5
■ Walderwachen	Sa.	29.04.	07:30 - 12:00 Uhr	Barsinghausen	4
■ Erlebnissport Outdoor im Ötztal	Sa. - So.	11.06. - 17.06.	ganztägig	Ötztal	40
■ Natural Fitness	Sa.	24.06.	10:00 - 17:00 Uhr	Hannover	8
■ Teambuilding	Sa.	01.07.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	10
■ Alltags-Fitness-Test – Praxis Programm (AFT-PP)	Sa.	16.09.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	10
■ Achtsamkeit und Entspannung	Sa.	04.11.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	10
■ Sport & Lifestyle	Fr. - So.	24.11. (online) 25.11. (Präsenz) 26.11. (Präsenz)	17:00 - 21:00 Uhr 09:00 - 18:00 Uhr 09:00 - 13:00 Uhr	Hannover + online	20
■ Faszienrollen – ein effektiver Einsatz im Training	Mi.	29.11.	18:00 - 21:00 Uhr	Hannover	4

Mit Gebärdendolmetscher:innen Für diese Veranstaltung kann Bildungsurlaub nach dem Nds. Bildungsurlaubsgesetz beantragt werden.

LOKALE QUALITÄTSZIRKEL (LQZ)

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ Inklusion	Fr.	17.02.	17:00 - 21:00 Uhr	Hannover	5
■ Sprache lernen in Bewegung – Elementarbereich	Do.	09.03.	17:00 - 21:00 Uhr	Hannover	5
■ Minisportabzeichen – Der spannende Heimweg	Do.	16.03.	17:00 - 21:00 Uhr	Hannover	5
■ Sprache lernen in Bewegung – Primarbereich	Sa.	02.09.	09:00 - 13:00 Uhr	Hannover	5
■ Sicherheit im Sport	Sa.	02.09.	14:00 - 18:00 Uhr	Hannover	5

WEITERE VERANSTALTUNGEN

Titel	Tag	Datum	Zeit	Ort	LE
■ Sportabzeichenprüferseminar	Sa.	18.03.	09:00 - 18:00 Uhr	Hannover	10
■ Sportabzeichenprüferseminar	Sa.	22.04.	09:00 - 18:00 Uhr	Sehnde	10

Gebühren: Präsenz: bis 5 LE: 15,00 € / 6-10 LE: 30,00 € / 11-15 LE: 45,00 € / 16-20 LE: 60,00 € / 21-30 LE: 90,00 € / 31-40 LE: 120,00 €
Online: bis 5 LE: 10,00 €
LQZ: kostenlos

Online-Anmeldung: Die Anmeldung zu allen Lehrgängen erfolgt über das BildungSportal des LSB: bildungsportal.lsb-niedersachsen.de

Hinweis: Die Titel sind direkt mit dem LSB Bildungsportal verlinkt.

Veranstalter: ■ **StadtSportbund Hannover e.V.** · Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 · 30169 Hannover · www.ssb-hannover.de
■ **Regionssportbund Hannover e.V.** · Maschstraße 20 · 30169 Hannover · www.rsbhannover.de

Ihre Ansprechpartner:in für ÜL C

■ **Anne Nyhuis**, Sportreferentin für Bildung, Tel.: 0511 1268 - 5306 · E-Mail: a.nyhuis@ssb-hannover.de
■ **Felix Decker**, Sportreferent für Bildung und Sportjugend, Tel.: 0511 8007978 - 41 · E-Mail: decker@rsbhannover.de