

- Levke Hölzer, Sportreferentin für Bildung  
Aufgabenbereich: **ÜL C Breitensport**  
Tel.: 0511 1268 - 5305, Fax: 0511 1268 - 45305  
E-Mail: bildung-uelc@sportregionhannover.de
- Miriam Caramanos, Sportreferentin für Bildung  
Aufgabenbereich: **ÜL B Prävention**  
Tel.: 0511 1268 - 5306, Fax: 0511 1268 - 45306  
E-Mail: bildung-uelb@sportregionhannover.de

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

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 Erlangung der B-Lizenz wird eine gültige C-Lizenz vorausgesetzt.

### Übungsleiter B Ausbildung

- **ÜL B Basislehrgang Gesundheitssport**  
Hannover 30 LE 120,00 €  
Fr. 18.09.2020 - So. 20.09.2020 15:00 - 14:00 Uhr
- **ÜL B Aufbaulehrgang Gesundheitssport**  
Hannover 40 LE 120,00 €  
Mo. 05.10.2020 - Do. 08.10.2020 09:00 - 18:00 Uhr
- **ÜL B Abschlusslehrgang Gesundheitssport**  
Hannover 30 LE 120,00 €  
Fr. 06.11.2020 - So. 08.11.2020 15:00 - 14:00 Uhr

### Übungsleiter B Fortbildung

- **Athletiktraining**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Mi. 12.02.2020 18:00 - 22:00 Uhr
- **Der Rücken und seine Übungsmöglichkeiten – aus fernöstlicher Sicht**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 29.02.2020 09:00 - 18:00 Uhr
- **Meditation nach der UPGRADE-Meditationsmethode**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
So. 01.03.2020 09:00 - 18:00 Uhr
- **Einweisung in die Masterprogramme**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Di. 03.03.2020 18:00 - 22:00 Uhr
- **Ost trifft West: Yoga - Ernährung - Faszien**  
Hannover 30 LE 120,00 €  
Mi. 15.04.2020 - Fr. 17.04.2020 09:00 - 18:00 Uhr

- **Beckenbodentraining**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 09.05.2020 09:00 - 16:00 Uhr
- **Barfußgehen - Natürliche Heilkraft und Anti-Aging**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 12.06.2020 17:00 - 21:00 Uhr
- **Anatomie zum Anfassen - Muskeln kennen, sehen, fühlen**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 19.06.2020 18:00 - 22:00 Uhr
- **Lauftraining im Gesundheitssport**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Mi. 24.06.2020 18:00 - 22:00 Uhr
- **Kursprogramm Sturzprävention**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 11.07.2020 09:00 - 18:00 Uhr
- **Kurzhandel- und Kettlebelltraining**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
So. 30.08.2020 09:00 - 14:00 Uhr
- **Ernährungskompetenz im Sport**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Mi. 16.09.2020 18:00 - 22:00 Uhr
- **Stressbewältigung und Achtsamkeit im Alltag**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 20.11.2020 18:00 - 22:00 Uhr

### Erste Hilfe

- **Erste Hilfe** +  
Mellendorf 9 LE 10,00 €  
Sa. 21.03.2020 09:00 - 18:00 Uhr

### Weitere Veranstaltungen

- **Sportabzeichenprüferseminar**  
Hannover 8 LE kostenfrei  
Sa. 21.03.2020 09:00 - 16:00 Uhr
- **Sportabzeichenprüferseminar**  
Hemmingen 8 LE kostenfrei  
Sa. 04.04.2020 09:30 - 16:00 Uhr

## Lehrgänge 2020

Dieser Flyer enthält eine Übersicht über die **Aus- und Fortbildungstermine** der SportRegion Hannover für das Jahr 2020.

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

**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**  
Dieser Lehrgang besteht aus einem Präsenzwochenende am Lehrgangsort und zwei Onlinephasen jeweils 10 Tage vor und nach dem Wochenende. Während der Onlinephasen bearbeiten die Teilnehmer\*innen ihre Aufgaben selbständig und in freier Zeiteinteilung in dem Internetportal edubreak SportCampus (dafür wird ein PC mit aktuellem Internetbrowser benötigt).

INFO

Die **C-Lizenz Breitensport** ist die Ausbildung der ersten Lizenzstufe. Sie umfasst 120 LE und ist gegliedert in Grundlehrgang (40 LE), Aufbaulehrgang (40 LE) und Spezialblock (40 LE). Begonnen werden kann mit dem Grundlehrgang, den frei wählbaren Spezialblockbausteinen oder dem Spezialblocklehrgang. Voraussetzung ist die Vollendung des 16. Lebensjahres und die Mitgliedschaft in einem Sportverein des LSB Niedersachsen/DOSB.

## Übungsleiter C Ausbildung

■ **ÜL C Grundlehrgang für Erzieher\*innen**  
Springe 40 LE 120,00 €  
Mi. 22.01.2020 - Sa. 25.01.2020 09:00 - 18:00 Uhr

■ **ÜL C Grundlehrgang**  
Hannover 40 LE 120,00 €  
Fr. 21.02.2020 - So. 23.02.2020 15:00 - 13:00 Uhr  
Fr. 13.03.2020 - So. 15.03.2020 15:00 - 13:00 Uhr

■ **ÜL C Aufbaulehrgang**  
Hannover 40 LE 120,00 €  
Fr. 27.03.2020 - So. 29.03.2020 15:00 - 13:00 Uhr  
Fr. 17.04.2020 - So. 19.04.2020 15:00 - 13:00 Uhr

■ **ÜL C Grundlehrgang**  
Langenhagen 40 LE 120,00 €  
Fr. 09.10.2020 - Mo. 12.10.2020 14:00 - 18:00 Uhr

■ **ÜL C Aufbaulehrgang**  
Langenhagen 40 LE 120,00 €  
Mi. 14.10.2020 - Sa. 17.10.2020 ☀ 09:00 - 18:00 Uhr

## Spezialblock

■ **Spezialblocklehrgang Erlebnissport Outdoor**  
Ötztal 40 LE 450,00 €  
So. 07.06.2020 - Sa. 13.06.2020 ganztägig

■ **Kraft- und Beweglichkeitstraining**  
Hannover 15 LE 80,00 €  
Sa. 27.06.2020 - So. 28.06.2020 09:00 - 13:00 Uhr

■ **Lotto-Läufer und Mucki-Macher**  
Hannover 10 LE 40,00 €  
Sa. 04.07.2020 09:00 - 18:00 Uhr

■ **Inklusion**  
Hannover 10 LE 40,00 €  
Sa. 19.09.2019 09:00 - 18:00 Uhr

■ **Körperwahrnehmung und Entspannung**  
Hannover 10 LE 40,00 €  
Sa. 26.09.2020 09:00 - 18:00 Uhr

■ **Spezialblocklehrgang „Kinder und Jugendliche“**  
Neustadt 40 LE 120,00 €  
Di. 20.10.2020 - Fr. 23.10.2020 09:00 - 18:00 Uhr

INFO

Innerhalb der Gültigkeitsdauer der C- und B-Lizenzen müssen **15 LE** absolviert werden, um die Gültigkeitsdauer um weitere **vier Jahre** zu verlängern.

## Übungsleiter C Fortbildung

■ **Sportliche Durstlöcher und Sportlerlebensmittel**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Mi. 12.02.2020 18:00 - 22:00 Uhr

■ **Sportpsychologie**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 29.02.2020 09:00 - 16:00 Uhr

■ **Alternative Spielideen mit Alltagsmaterialien**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 07.03.2020 09:00 - 16:00 Uhr

■ **Team- und Gruppenspiele**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Sa. 09.05.2020 09:00 - 13:00 Uhr

■ **Bouldern**  
Hannover 8 LE 30,00 €  
Sa. 16.05.2020 09:00 - 16:00 Uhr

■ **Outdoortraining mit dem eigenen Körpergewicht**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 13.06.2020 09:00 - 16:00 Uhr

■ **Faszien Fitness**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 20.06.2020 09:00 - 18:00 Uhr

■ **Outdoorfitness – unterwegs mit dem Fahrrad**  
Hannover 10 LE 30,00 €  
Sa. 29.08.2020 09:00 - 18:00 Uhr

■ **Koordinationstraining für Laufsportler**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 11.09.2020 18:00 - 22:00 Uhr

■ **Trainieren, tracken, teilen – Trainieren im digitalen Zeitalter**  
Hannover 5 LE 15,00 €  
Fr. 25.09.2020 18:00 - 22:00 Uhr

INFO

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

## LQZ für ÜL und Lehrer\*innen

■ **Yoga für Kinder**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Do. 23.04.2020 18:00 - 22:00 Uhr

■ **Sprache Lernen in Bewegung**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Fr. 18.09.2020 17:30 - 21:30 Uhr

■ **Bewegungsgeschichten**  
Hannover 5 LE kostenfrei  
Fr. 06.11.2020 17:30 - 21:30 Uhr