

ÜL B „Sport in der Prävention“

Einweisung in das Kurskonzept

Nordic Walking „Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung“



Digitale Qualifizierungsinitiative

Nordic Walking - Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung

30.04. - 18.05.2021

Sportregion Odenburger Münsterland: Bettina König
koenig@sportregion-om.de 0472 68 7942
KreisSportBund Harburg-Land: Tanja Grünberg
tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de 04171 6769 414

10 LE Übungsleiter B

<https://www.sportregion-om.de/bildung/fortbildungen/>

LSB und seine Sportbünde

Der Schwerpunkt dieses Nordic Walking Kurskonzeptes liegt in der Förderung der Ausdauerfähigkeit mittels Nordic Walking. Das Programm ist vom DOSB und der zentralen Prüfstelle Prävention der Krankenkassen als standardisiertes Kursprogramm anerkannt und erhält bei der Umsetzung die Siegel SPORT PRO GESUNDHEIT und Deutscher Standard Prävention. Damit verbunden ist eine Kurskostenerstattung durch die Krankenkassen.

Angeboten werden darf es von ÜL, die eine ÜL B Ausbildung „Sport in der Prävention“ absolviert haben, sowie von Sportwissenschaftler*innen, Physiotherapeut*innen bzw. Krankengymnast*innen, Ergotherapeut*innen bzw. Motopäde*innen und staatlich anerkannten Gymnastiklehrer*innen mit nachweislich gesundheitsorientierter Ausrichtung. Des Weiteren ist die, in dieser Fortbildung erhaltene, Einweisung in das Programm und in die Nordic Walking Technik nachzuweisen.

Die Fortbildung findet über die Lernplattform edubreak statt, auf der im Zeitraum vom **30. April bis 16. Mai** von den ÜL verschiedene Aufgaben zu bearbeiten sind. Außerdem ist die Teilnahme an den Videokonferenzen am **06. Mai von 18:00 bis 21:00 Uhr** sowie am **18. Mai von 18:00 bis 19:30 Uhr** verpflichtend. Inhalte der Fortbildung sind die Auseinandersetzung mit dem Kurskonzept (Aufbau, Inhalte) und die Verbesserung der eigenen Nordic Walking-Technik sowie die Sensibilisierung für Korrekturen bei Teilnehmenden. Dazu werden die ÜL sich unter anderem auch selbst beim Nordic Walken filmen und eine Videoanalyse ihrer eigenen Nordic Walking-Technik machen. Voraussetzung zur Kursteilnahme sind daher eigene, in der Länge passende Nordic Walking Stöcke.

Gebühr

Teilnahmegebühr: 30,00 €

(ohne Vereinsbindung: 90,00 €; Vereine außerhalb Niedersachsen: 60,00 €)

Anerkennung

10 Lerneinheiten für Übungsleiter*innen B

Anmeldung

<https://bildungsportal.lsb->

[niedersachsen.de/angebotssuche/kurs/detail/17002?cHash=74a9144495cf549d729e31210a79c583](https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche/kurs/detail/17002?cHash=74a9144495cf549d729e31210a79c583)

Veranstalter

KSB Cloppenburg in der Sportregion OM

Ansprechpartnerin: Bettina König

04472 687942;

koenig@sportregion-om.de

KSB Harburg-Land in der Sportregion Heide

Ansprechpartnerin Tanja Grünberg

04171-67 69 414;

tanja.gruenberg@ksb-harburg-land.de