



Kreissportverband  
**KSV**<sup>10</sup>  
Pinneberg e.V.

Titelfoto: KSV Pinneberg

# AUS- UND FORTBILDUNGS-PROGRAMM 2024

FÜR ÜBUNGSLEITER · JUGENDLEITER · VORSTÄNDE · SPORTVERWALTUNG · VEREINE · SCHULEN

PRÄSENTIERT VON



[WWW.KSV-PINNEBERG.DE](http://WWW.KSV-PINNEBERG.DE)



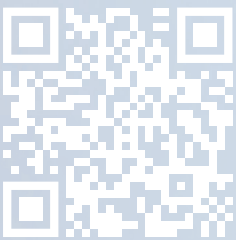
# UNSER DING

# JETZT SEID IHR DRAN!

## **Katrin Schümann, Trainerin der Tischtennisjugend SV Henstedt-Ulzburg**

„Gemeinsam mit der VR Bank in Holstein und vielen Unterstützern haben wir neues Equipment für unsere Jugendmannschaft angeschafft!“

Reicht auch ihr eure Spendenprojekte ein:



**DASISTUNSERDING.DE**



VR Bank  
in Holstein

**Jedes registrierte Projekt erhält einen  
Startbonus im Wert von 50,-€ von uns!**



# LEHRGANGSÜBERSICHT 2024

Nr.	Thema	Datum	Zeit	LE	Max. TN	Referent	Ort	Kooperation	Kosten in Euro	Verlängerung von
<b>AUSBILDUNGSLEHRGÄNGE SPORT + JUGEND</b>										
5	Grundkurs DOSB ÜL C 2024	Do, 07.03.2024 (Start)	Do-Fr 18.30-21.30 Sa 09.00-18.30	40	20	KSV-Lehrteam	KSV GS und Sporthalle Bismarckschule Elmshorn		80,00	
12	Juleica - Ausbildung	Fr, 31.05.2024 (Start)	Fr 17.00-20.30 Sa 09.00-18.30 So 09.00-14.00	60	20	SJ-Lehrteam	KSV GS und Sporthalle Bismarckschule Elmshorn	SJ	90,00	
25	DOSB ÜL C-Lizenzlehrgang Breiten- u. Freizeitsport 2024/25	Do, 19.09.2024 (Start)	Do-Fr 18.30-21.30 Sa 09.00-18.30	120	20	KSV-Lehrteam	KSV GS und Sporthalle Bismarckschule Elmshorn		240,00	
<b>FORTBILDUNGSLEHRGÄNGE SPORT + JUGEND</b>										
1	Spiel dich STARK - Teil 1	Sa, 10.02.2024	09.00-16.00	8	20	S. Köpf, N. Rehbein, S. Brinkmann	KSV Geschäftsstelle	sjsH	10,00 €	ÜL/JL
2	Faszien-Bewegungs-Mix	So, 18.02.2024	09.30-13.30	5	16	Katrin Ramcke	Gymnastikraum VfL Pinneberg		40,00 €	ÜL
3	Gesundheitstag mit Messe	Sa, 24.02.2024	11.30-15.00	5	50	Fachärzteteam	VfL Pinneberg	VfL Pinneberg	15,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
6	HIIT (High Intensity Intervall Training)	Sa, 09.03.2024	09.30-12.30	4	14	Hauke Welsch	Gymnastikhalle EMTV Elmshorn		40,00 €	ÜL
7	Kraftausdauer meets Koordination	Sa, 09.03.2024	13.00-16.00	4	14	Hauke Welsch	Gymnastikhalle EMTV Elmshorn		40,00 €	ÜL
8	Ball- und Turnspiele	Sa, 23.03.2024	09.30-14.00	6	16	Rita Bartzik	Sporthalle Grundschule Hafenstraße Elmshorn		40,00 €	ÜL/JL
9	Prüferlehrgang für das Deutsche Sportabzeichen	Sa, 23.03.2024	09.30-17.00	10	20	Rüdiger Holst, Michael Ammann	TuS Esingen		25,00 €	ÜL
10	Basismodul - Aktiv im Kinder- und Jugendschutz	Di, 26.03.2024	18.00-21.00	4	20	Lehrteam Kinderschutz sjsH	KSV Geschäftsstelle	sjsH	0,00 €	ÜL/JL/VM
13	Groupfitness - Kompetenzen weiterentwickeln! Warm-Up Variationen & professionelle Anleitung	So, 01.06.2024	10.00-13.00	4	16	Johanna Kreker	Gymnastikhalle SC Pinneberg		35,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
14	Ansprechpartner-Treffen der Kinderschutzbeauftragten der Vereine	Mi, 12.06.2024	18.00-20.30	3	20	Karin Meis, Christa Nordwald	KSV Geschäftsstelle	SJ/sjsH	15,00 €	ÜL/VM/JL
15	Iliopsoas, einen wichtigen Muskel verstehen	Sa, 15.06.2024	10.30-13.30	4	14	Daniel Koch	Gymnastikhalle SC Pinneberg		40,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
16	Rückenfitness durch Achtsamkeit	Sa, 15.06.2024	14.00-17.00	4	14	Daniel Koch	Gymnastikhalle SC Pinneberg		40,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
18	Zertifizierung Bewegungspass	Sa, 29.06.2024	09.00-15.30	9	20	Dagmar Henningsen	Sporthalle Grundschule Hafenstraße Elmshorn		kostenlos f. teilnehmende Vereine	ÜL/JL
19	Das etwas andere Training!? Was macht Athletik zu Neuroathletik?	Sa, 06.07.2024	09.30-12.30	4	16	Andreas Gentzel	Gymnastikhalle SC Pinneberg		35,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
20	Aktiv im Kinderschutz - Qualifizierung von AnsprechpartnerInnen in Sportvereinen	Sa, 06.07.2024	09.00-17.00	10	20	Lehrteam Kinderschutz sjsH	KSV Geschäftsstelle	sjsH	30,00 €	ÜL/VM/JL
21	Mikro Workouts Stark im Alltag - Stark im Sport	Sa, 13.07.2024	09.30-13.30	5	20	Nico Pust, Till Krügel	Sporthalle Bismarckschule Elmshorn		30,00 €	ÜL
23	Gruppentraining - Trainingsinhalte & Aufsichtspflicht in der Praxis	Sa, 07.09.2024	10.00-13.00	3	20	Oliver Tan	KSV Geschäftsstelle	SJ	15,00 €	JL/Juleica/ÜL
26	Nonverbale Kommunikation (Körpersprache)	Di, 08.10.2024	18.00-21.00	2	20	Martina Redeker	online		20,00 €	ÜL/VM/JL
27	Spiel- und Bewegungsideen für die Stundengestaltung - auch im Ganztage	Sa, 12.10.2024	09.30-13.30	5	20	Nina Blümel	Sporthalle Grundschule Hafenstraße Elmshorn	SJ	30,00 €	ÜL/JL
28	Sport und Spaß "inklusive - Live dabei"	Di, 15.10.2024	17.00-20.00	4	20	B. Mehrens, J. Pommerening, L. Schilling	Sporthalle Raboisenschule Elmshorn	SJ	20,00 €	ÜL/JL,FachÜL (RBSV)
30	Muskelverletzungen im Sport - Erkennen, (Be)-Handeln, Schützen	Sa, 09.11.2024	09.30-12.30	4	15	Andreas Gentzel	KSV Geschäftsstelle		35,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
31	Achtsame Bewegung für ganzheitliche Gesundheit	So, 10.11.2024	10.00-12.15	3	20	Melanie Müller	online		25,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
32	Power Yoga	Sa, 16.11.2024	10.00-14.30	6	14	Tina Pahl	EMTV Gymnastikhalle Elmshorn		40,00 €	ÜL
33	Stress und Ernährung	Mo, 18.11.2024	18.30-20.00	2	16	Daniel Koch	online		20,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
<b>VEREINSMANAGEMENT-LEHRGÄNGE</b>										
22	Absicherung im Verein – Sportversicherung	Mi, 04.09.2024	18.30-20.00	2	20	Henning Jahn	online	ARAG	0,00 €	VM
35	Kassenwarte aktuell Teil 1	Do, 28.11.2024	19.00-20.30	2	20	Günter Quast	online		15,00 €	VM
36	Kassenwarte aktuell Teil 2	Do, 05.12.2024	19.00.20.30	2	20	Günter Quast	online		15,00 €	VM
<b>SPORTMEDIZINISCHE FORTBILDUNGSREIHE</b>										
4	Sport mit einem künstlichen Gelenk	Do, 29.02.2024	18.30-20.45	3	20	Prof. Dr. J. Gille	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
11	Sport und Adipositas - was ist möglich, was ist zu beachten?	Do, 25.04.2024	18.30-20.45	3	20	Dr. Hamid Mofid	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
17	Sport als Therapie - was tut psychisch Kranken gut, was ist im Umgang zu beachten?	Do, 27.06.9.2024	18.30-20.45	3	20	Dr. Rahul Sarkar	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
24	Wenn die Puste nicht mehr reicht - Sport mit Lungenerkrankungen	Do, 12.09.2024	18.30-20.45	3	20	PD Dr. Hans-Peter Hauber	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
29	Herzessache: Gesunder Sport nach Herzinfarkten	Do, 17.10.2024	18.30-20.45	3	20	PD Dr. Sebastian Bohnen	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
34	Sport nach Schlaganfall - mit Handicap zurück ins Leben	Do, 28.11.2024	18.30-20.45	3	20	Dr. Henning Clausen	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)
37	Schaufensterkrankheit – Sport als Therapie	Do, 12.12.2024	18.30-20.45	3	20	Dr. N. Jochmann-Schiek	Regio Rehaszentrum Pinneberg	Regio	5,00 €	ÜL/FachÜL (RBSV)

# KREISSPORTVERBAND PINNEBERG E.V. AUS- UND FORTBILDUNGSPROGRAMM 2024

(STAND: DEZEMBER 2023 – ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN)

Das gesamte Bildungsprogramm kann unter [www.ksv-pinneberg.de](http://www.ksv-pinneberg.de) angesehen oder als PDF heruntergeladen werden. Die Teilnahmebedingungen finden Sie ebenfalls dort.

Alle Seminare sind auch direkt über das Bildungswerk des LSV buchbar.

Der Kreissportverband Pinneberg e.V. wickelt die komplette Lehrungsverwaltung über das **SAMS**-Portal (Sports Association Management Software) des Landessportverbandes SH (LSV) ab.

Bitte registrieren Sie sich dort, falls noch nicht geschehen. Sie können sich anschließend im SAMS für Fortbildungen an- und abmelden, ihre Teilnahmebescheinigungen ausdrucken und hochladen, Lizenzen verlängern lassen etc.. Sollten Sie Hilfestellung bei der Anmeldung benötigen, stehen wir Ihnen gern persönlich unter der Telefonnummer (04121) 90856-0 zur Verfügung.

Bei technischen Fragen zu SAMS oder zu Ihren Lizenzen wenden Sie sich bitte an das LSV Bildungswerk Tel. (0431) 6486-114.

## 1. Spiel dich STARK – Teil 1 (in Zusammenarbeit mit der Sportjugend Schleswig-Holstein)

<b>Termin:</b>	Samstag, 10.02.2024
<b>Zeit:</b>	09.00 Uhr – 16.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Geschäftsstelle des KSV Pinneberg Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn und Sporthalle Bismarckschule
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Mitarbeiter in Vereinen und Verbänden, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	10,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	8 LE werden für die Verlängerung von Jugend-, Übungsleiterlizenzen sowie für die Juleica anerkannt
<b>Referentinnen:</b>	Sylvia Köpf, Nadine Rehbein, Sina Brinkmann
<b>Anmeldeschluss:</b>	08.02.2024

*Wie können wir angemessen auf herausforderndes Verhalten von Kindern eingehen? In diesem Einstiegsworkshop für Erwachsene, die mit Kindern und Jugendlichen trainieren, geht es um die eigene innere Haltung und das Selbstbewusstsein. Wir lernen, wie wir in Ausnahmesituationen ruhig und entspannt bleiben, damit auch in schwierigen und herausfordernden Situationen eine wohlwollende Kommunikation möglich ist.*

*Mit einem Team aus zertifizierten Selbstbehauptungs- & Resilienztrainern mit dem Schwerpunkt Spiel & Bewegung lernen wir praktische Methoden und Strategien kennen, die Kindern spielerisch vermitteln, wie sie sich gewaltfrei abgrenzen, klar zu kommunizieren und sich auf ihre Ziele zu fokussieren, auch bei herausfordernderen Themen.*

*Ziel des Trainings ist es, den Kindern Werkzeuge mit auf den Weg zu geben, die ihnen helfen, Konflikte selbstständig zu lösen. Dazu bespielen wir u.a. die Themenbereiche Körpersprache, Gedanken, Selbstbild, Kommunikation, Durchhaltevermögen, Ziele und Gefühle und fördern dadurch die Resilienz der Kinder.*

## 2. Faszien-Bewegungs-Mix

<b>Termin:</b>	Sonntag, 18.02.2024
<b>Zeit:</b>	09.30 Uhr – 13.30 Uhr
<b>Ort:</b>	VfL Pinneberg Sportzentrum GYM 2, Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	16 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	40,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	5 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referentin:</b>	Katrin Ramcke
<b>Anmeldeschluss:</b>	14.02.2024

*Viele Menschen assoziieren das Training mit der Faszien-Rolle als DAS klassische Faszien-Training. In dem Seminar geht es um alternative, alltagstaugliche Übungen ohne Rolle, die es ermöglichen den eigenen Bewegungs- und Atemrhythmus zu entwickeln und den Geist mit einfließen zu lassen. Für ein ausgewogenes Training sollen mit den Übungen möglichst viele Körperebenen angesprochen werden. Das vergrößert den Bewegungsumfang, steigert das räumliche Empfinden und schützt vor Sport- und Alltagsverletzungen. Atem- und Entspannungsübungen runden diesen Mix ab.*

*Bitte Matte, bequemes warmes Sportzeug, dicke Socken, warmes Getränk und evtl. Wolldecke mitbringen.*



### 3. Gesundheitstag (in Zusammenarbeit mit dem RBSV Schleswig-Holstein, Buchung über VfL Pinneberg)

<b>Termin:</b>	Samstag, 24.02.2024
<b>Zeit:</b>	11.30 – 15.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer und sonst. Interessierte
<b>Seminargebühr:</b>	15,00 € (in bar vor Ort zu entrichten)
<b>Lerneinheiten:</b>	5 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Vorträge:</b>	halbstündlich von Fachärzten
<b>Anmeldungen:</b>	katrin.lorenzen@vfl-pinneberg.de

### 4. Sport mit einem künstlichen Gelenk – worauf muss ich achten?

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 29.02.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referent:</b>	Prof. Dr. Justus Gille, Chefarzt der Klinik für Allgemeine Orthopädie und Unfallchirurgie und Sportmedizin am Orthopädisch-Traumatologischen Zentrum, Regio Kliniken
<b>Anmeldeschluss:</b>	25.02.2024



Foto: Christina Clausen

### 5. Grundkurs DOSB Übungsleiter C 2024

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 07.03.2024
<b>Weitere Termine:</b>	08.03., 09.03., 21.03., 22.03., 23.03.2024
<b>Zeiten:</b>	donnerstags: 18.30 – 21.30 Uhr freitags: 18.30 – 21.30 Uhr sonnabends: 09.00 – 18.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Theorie: Geschäftsstelle KSV Pinneberg Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn Praxis: Sporthalle Bismarckschule Bismarckstraße 2, 25355 Elmshorn
<b>Seminargebühr:</b>	80,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	40 LE
<b>Anmeldeschluss:</b>	04.03.2024
<b>Anmeldung:</b>	per Meldebogen durch die Vereine sowie im SAMS-Portal durch den Teilnehmer

*Dieser Grundkurs ist vorrangig für Teilnehmer vorgesehen, die den Aufbau- und Schwerpunktkurs bei einem Fachverband absolvieren. Einen gesamten DOSB-Übungsleiterlehrgang mit Schwerpunkt Breiten- und Freizeitsport bietet der KSV ab dem 19.09.2024 an.*

### 6. HIIT (High Intensity Intervall Training)

<b>Termin:</b>	Samstag, 09.03.2024
<b>Zeit:</b>	09.30 – 12.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Gymnastikraum des Elmshorner MTV, Koppeldamm 1, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	14 Personen
<b>Lerneinheiten:</b>	4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen anerkannt
<b>Referent:</b>	Hauke Welsch
<b>Anmeldeschluss:</b>	05.03.2024

*High Intensive Intervall Training ist eine Kombination aus Functional Training und Plyometrie. Der Wechsel aus jeweils 3x45 Sekunden Power und 15 Sekunden Pause sorgt für maximale Effekte beim Training des Herz-Kreislauf-Systems, dem Krafttraining und der Kalorienverbrennung. Im Seminar wird der individuelle und zielführende Einsatz vorgestellt. Die Effekte werden ergründet und mögliche Risiken und Kontraindikationen diskutiert.*

## 7. Kraftausdauer meets Koordination

<b>Termin:</b>	Samstag, 09.03.2024
<b>Zeit:</b>	13.00 – 16.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Gymnastikraum des Elmshorner MTV, Koppeldamm 1, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	14 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	40,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen anerkannt
<b>Referent:</b>	Hauke Welsch
<b>Anmeldeschluss:</b>	05.03.2024

*Wie schafft man es in kurzer Zeit effektiv Kraft, Ausdauer und Koordination zu trainieren und nichts soll zu kurz kommen? In diesem Seminar werden verschiedene Trainingsformen und deren Kombination vorgestellt und der Sache auf den Grund gegangen, warum die kraftvollen Kombinationen für so viele Sportarten und Sporttreibende effektiv eingesetzt werden können.*

## 8. Ball – und Turnspiele

<b>Termin:</b>	Samstag, 23.03.2024
<b>Zeit:</b>	09.30 bis 14.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Sporthalle Hafenschule
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer und sonst. Interessierte
<b>Teilnehmerzahl:</b>	16 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	40,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	6 LE werden werden für die Verlängerung von Übungsleiter-, und Jugendleiterlizenzen anerkannt
<b>Referentin:</b>	Rita Bartzik
<b>Anmeldeschluss:</b>	20.03.2024

*Ball-Bälle-Spiel-Spielen-Spaß-Turnen  
In diesem Kurs wird ein breites Fundament an spielerischen und sportartenübergreifenden Basiskompetenzen, die in fast allen Sportarten benötigt werden, vermittelt. Durch den Einsatz abwechslungsreicher Spielmateriale, Übungen und Gerätelandschaften werden vielfältige Bewegungserfahrungen gesammelt. Es geht um ein kindgerechtes Krafttraining, damit alle Kinder mit diesen Übungen, Aufbauten und Spielen einen Zugang zu den Ballsportarten aber auch zum Turnen bekommen.*

## 9. Prüferlehrgang für das Deutsche Sportabzeichen

<b>Termin:</b>	Samstag, 23.03.2024
<b>Zeit:</b>	09.30 – 12.00 Uhr theoretischer Teil 13.00 – 17.00 Uhr praktischer Teil
<b>Ort:</b>	TuS-Esingen Vereinsheim, Anfahrt über Steenloskamp 25, Tornesch, KGST-Sportplatz
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Für alle, die eine Prüfberechtigung erhalten wollen. Voraussetzung für die Ausstellung eines Prüferausweises ist die Mitgliedschaft in einem Sportverein.
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	25,00 € (gesamtes Seminar)
<b>Lerneinheiten:</b>	10 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen bei Teilnahme am gesamten Lehrgang anerkannt
<b>Referenten:</b>	Rüdiger Holst und Michael Ammann
<b>Anmeldeschluss:</b>	20.03.2024

*Im Breitensport bietet das Deutsche Sportabzeichen jeder Sportlerin und jedem Sportler die Möglichkeit, den persönlichen Wettkampf zu erleben. In diesem Seminar werden die nötigen Erfordernisse vermittelt, um als Betreuer und Prüfer des Sportabzeichentreffs aktiv werden zu können und viele Menschen auf ihrem Weg zum persönlichen Triumph zu begleiten.*

*Für die bereits aktiven Prüfer bietet die Schulung am Vormittag die Möglichkeit, vorhandenes Wissen aufzufrischen und ggf. vorhandene Unklarheiten, was die Aus- und Durchführung einzelner Disziplinen betrifft, zu erörtern. Dieser Teil des Seminars soll auch einen Rahmen zum Austausch mit anderen Prüfern bieten.*

## 10. Basismodul – Aktiv im Kinder- und Jugendschutz (in Zusammenarbeit mit der Sportjugend Schleswig-Holstein)

<b>Termin:</b>	Dienstag, 26.03.2024
<b>Zeit:</b>	18.00 Uhr – 21.00 Uhr
<b>Treffpunkt:</b>	Geschäftsstelle des KSV Pinneberg Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Mitarbeiter in Vereinen und Verbänden, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	kostenlos
<b>Lerneinheiten:</b>	4 LE werden für die Verlängerung von Jugend-, Übungsleiter- und Vereinsmanagementlizenzen sowie für die Juleica anerkannt
<b>Referenten:</b>	Lehrteam Kinderschutz sjsh
<b>Anmeldeschluss:</b>	24.03.2024

*Sport soll ein sicherer Ort für Kinder und Jugendliche und auch für Engagierte sein. In diesem Seminar werden Engagierte und Aktive aus dem organisierten Sport grundlegend für den Bereich des aktiven Kinder- und Jugendschutzes, explizit der Prävention sexualisierter Gewalt im Kinder- und Jugendsport, sensibilisiert.*

## 11. Sport und Adipositas – was ist möglich, was ist zu beachten?

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 25.04.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referent:</b>	Dr. Hamid Mofid Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie, Regio Kliniken
<b>Anmeldeschluss:</b>	22.04.2024



Foto: Christina Clasen

## 12. Juleica – Ausbildung (ein Lehrgang der Sportjugend des KSV)

<b>Beginn:</b>	Freitag, 31.05.2024
<b>Weitere Termine:</b>	01.06., 02.06., 07.06., 08.06., 09.06., 14.06., 15.06.2024
<b>Zeiten:</b>	freitags: 17.00 – 20.30 Uhr samstags: 09.00 – 18.30 Uhr sonntags: 09.00 – 14.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Geschäftsstelle des KSV Pinneberg, Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Der Lehrgang richtet sich an alle Interessenten, die im Jugendbereich der Vereine verantwortliche Tätigkeiten übernehmen wollen oder bereits ausüben.
<b>Mindestalter:</b>	16 Jahre
<b>Teilnehmerzahl:</b>	16 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	90,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	60 LE
<b>Anmeldeschluss:</b>	29.05.2024
<b>Anmeldung:</b>	per Anmeldeformular durch die Vereine sowie im SAMS-Portal durch den Teilnehmer

Die Tätigkeitsfelder für Jugendleiter sind vielfältig: z.B. Jugendwart im Verein/Verband, Organisation und Betreuung von Freizeitmaßnahmen, Durchführung von Veranstaltungen im Bereich der allgemeinen Jugendarbeit. Der Kurs vermittelt Grundlagen in Finanzen, Pädagogik, Planung, Recht und - nicht zu vergessen - macht Spaß!

Dieser Lehrgang wird auch als Grundkurs der Jugendleiter-Lizenz Ausbildung des DOSB anerkannt.

## 13. Groupfitness - Kompetenzen weiterentwickeln! Warm-Up Variationen und professionelle Übungsanleitung

<b>Termin:</b>	Sonntag, 01.06.2024
<b>Zeit:</b>	10.00 Uhr – 13.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Gymnastikhalle SC Pinneberg, An der Raa 13, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	16 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	35,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referentin:</b>	Johanna Kreker
<b>Anmeldeschluss:</b>	29.05.2024

Diese Fortbildung ist auf die Gestaltung abwechslungsreicher Warm-Up's sowie die professionelle Anleitung von Gruppenfitness-Übungen ausgerichtet. Es geht um Warm-Up Variationen: Ein effektives Aufwärmen ist entscheidend, um Verletzungen zu vermeiden und die Leistungsfähigkeit zu steigern. Es werden verschiedene Warm-Up Techniken und Variationen vorgestellt, die Abwechslung in die Kurse bringen.

Des Weiteren geht es um professionelle Übungsanleitung: Die richtige Anleitung und Korrektur von Übungen ist ein Schlüssel zur Schaffung sicherer und effektiver Trainingseinheiten. Hier werden Methoden und Techniken vermittelt, um Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer zu motivieren und zu unterstützen.

## 14. Ansprechpartner-Treffen der Kinderschutzbeauftragten der Vereine (ein Lehrgang der Sportjugend des KSV)

<b>Termin:</b>	Mittwoch, 12.06.2024
<b>Zeit:</b>	18.00 – 20.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Geschäftsstelle des KSV Pinneberg Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Kinderschutzbeauftragte der Vereine
<b>Teilnehmerzahl:</b>	15 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	15,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter-, Vereinsmanagement- und Jugendleiterlizenzen anerkannt
<b>Referentinnen:</b>	Karin Meis, Christa Nordwald
<b>Anmeldeschluss:</b>	10.06.2024

Die Entscheidung, das Thema Gewalt gegen Kinder und Jugendliche aktiv anzugehen, fordert eine stets offene Kommunikation und Dialogbereitschaft - ganz besonders in emotional aufwühlenden Situationen. Dabei braucht es fachliches Wissen, Gesprächskompetenz und die Entschlossenheit, der Gewalt wirksam etwas entgegenzusetzen.

Der Erfahrungsaustausch und die Vernetzung der Kinderschutz-Ansprechpartner der Vereine stellen weitere wichtige Ressourcen dar, um Sportvereine zu einem sicheren Ort für Kinder zu machen. Das Zusammentreffen soll dieses fördern und der Austausch miteinander steht im Mittelpunkt.

## 15. Iliopsoas, einen wichtigen Muskel verstehen

**Termin:** Samstag, 15.06.2024  
**Zeit:** 10.30 Uhr – 13.30 Uhr  
**Ort:** Gymnastikhalle SC Pinneberg, An der Raa 13, 25421 Pinneberg  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 14 Personen  
**Seminargebühr:** 40,00 €  
**Lerneinheiten:** 4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Daniel Koch  
**Anmeldeschluss:** 13.06.2024

*Der Iliopsoas ist vielleicht der faszinierendste Muskel des Körpers. Als einziger Muskel verbindet er den Ober- und Unterkörper direkt. Er ist entscheidend für die Funktionalität der Wirbelsäule und die Stabilität des Rumpfes. Für Trainer und Übungsleiter ist es sehr wichtig, diesen zentral liegenden Muskel zu verstehen und ihn sinnvoll und abwechslungsreich zu trainieren. Kein anderer Muskel wurde in der Vergangenheit häufiger einseitig trainiert – das soll sich durch diesen Workshop ändern!*

## 16. Rückenfitness durch Achtsamkeit

**Termin:** Samstag, 15.06.2024  
**Zeit:** 14.00 – 17.00 Uhr  
**Ort:** Gymnastikhalle SC Pinneberg, An der Raa 13, 25421 Pinneberg  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 14 Personen  
**Seminargebühr:** 40,00 €  
**Lerneinheiten:** 4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Daniel Koch  
**Anmeldeschluss:** 12.06.2024

*Rückenprobleme und Angewohnheiten sind eng miteinander verbunden. Bei diesem Workshop soll die individuelle Übungsausführung jedes Einzelnen beim Gruppentraining durch bewusste Ansteuerung optimiert werden. Durch Achtsamkeit und Selbstbewusstsein im eigentlichen Wortsinn wird der Rücken und die gesamte Statik so gleichmäßig gefordert, es werden Überlastung und Unterforderung vermieden: Ein alltagstaugliches Training für jedes Fitnesslevel!*

## 17. Sport als Therapie – was tut psychisch Kranken gut, was ist im Umgang zu beachten?

**Termin:** Donnerstag, 27.06.2024  
**Zeit:** 18.30 – 20.45 Uhr  
**Ort:** Rehasentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.  
**Lerneinheiten:** 3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Dr. Rahul Sarkar, Chefarzt Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Regio Kliniken  
**Anmeldeschluss:** 23.06.2024



Foto: Christina Clasen

## 18. Zertifizierung Bewegungspass

**Termin:** Samstag, 29.06.2024  
**Zeit:** 09.00 – 15.30 Uhr  
**Ort:** Sporthalle der Grundschule Hafenstraße Elmshorn  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer und Jugendleiter  
**Teilnehmerzahl:** 16 Personen  
**Seminargebühr:** kostenlos für teilnehmende Vereine des Projektes „Bewegungspass“  
**Lerneinheiten:** 9 LE werden für die Verlängerung von Übungs- und Jugendleiterlizenzen anerkannt  
**Referentin:** Dagmar Henningsen  
**Anmeldeschluss:** 26.06.2024

*Die Zertifizierung richtet sich ausschließlich an Übungsleiter aus teilnehmenden Vereinen des Projektes „Bewegungspass“ und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von kooperierenden Kindergärten und Schulen.*



## 19. Das etwas andere Training!? Was macht Athletik zu Neuroathletik?

**Termin:** Samstag, 06.07.2024  
**Zeit:** 09.30 – 12.30 Uhr  
**Ort:** Gymnastikhalle des SC Pinneberg An der Raa 13, 25421 Pinneberg  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 16 Personen  
**Seminargebühr:** 35,00 €  
**Lerneinheiten:** 4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Andreas Gentzel  
**Anmeldeschluss:** 03.07.2024

*Sind nicht Nerven und Gehirn, also Neuronen, beim Sport und bei jeder körperlichen Tätigkeit aktiv? Richtig. Im Umkehrschluss sind diese Strukturen dann genauso trainierbar wie die motorischen Elemente. Anhand von Praxisbeispielen soll verdeutlicht werden, wie diese Sichtweise einen positiven Beitrag für die Steuerung von Training und Sport leisten kann.*

## 20. Aktiv im Kinder- und Jugendschutz - Qualifizierung von Ansprechpartner/Innen in Sportvereinen (in Zusammenarbeit mit der Sportjugend Schleswig-Holstein)

**Termin:** Samstag, 06.07.2024  
**Zeit:** 09.00 Uhr – 17.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Geschäftsstelle des KSV Pinneberg  
Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Mitarbeiter in Vereinen und Verbänden, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** 30,00 €  
**Lerneinheiten:** 10 LE werden für die Verlängerung von Jugend-, Übungsleiter- und Vereinsmanagementlizenzen sowie für die Juleica anerkannt  
**Referenten:** Lehrteam Kinderschutz sjsh  
**Anmeldeschluss:** 04.07.2024

*Im Sport übernehmen die Vereine und Verbände in vielfacher Weise die Verantwortung für Kinder und Jugendliche. Der Sport soll ein sicherer Ort für Kinder und Jugendliche sein und jeder, der in diesem Bereich tätig ist, kann dazu beitragen. Vereinsmitglieder werden qualifiziert, um als Ansprechpartner bei Fragen des Kinderschutzes und bei Verdachtsfällen von sexualisierter Gewalt in ihrem Verein oder Fachverband agieren zu können. Vereine und Fachverbände sind aufgefordert, jemanden aus ihrem Bereich zu dieser Qualifizierungsmaßnahme zu entsenden.*

## 21. Mikro Workouts Stark im Alltag – Stark im Sport

**Termin:** Samstag, 13.07.2024  
**Zeit:** 09.30 – 13.30 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Bismarckschule, Elmshorn  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** 30,00 €  
**Lerneinheiten:** 5 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen anerkannt  
**Referenten:** Nico Pust und Till Krügel  
**Anmeldeschluss:** 05.07.2024

*Kurze Workouts, unabhängig vom Trainingszustand und ohne Hilfsmittel, die die funktionale Kraft im Alltag und Sport entwickeln und verbessern werden vorgestellt, erarbeitet und ausprobiert. Die Teilnehmer nehmen viele Ideen mit, wie sie die Mikroworkouts für ihre Vereinsarbeit - sowohl im Breitensport als auch im Leistungssport - aufbauen und einsetzen können.*

## 22. Absicherung im Verein – Sportversicherung

**Termin:** Mittwoch, 04.09.2024  
**Zeit:** 18.30 – 20.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Teilnehmerkreis:** Vorstandsmitglieder, Mitarbeiter im Sportverein, Abteilungsleiter, Übungsleiter und sonst. Interessierte  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** kostenlos  
**Lerneinheiten:** 2 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und VM-Lizenzen anerkannt  
**Referent:** Henning Jahn, Büroleiter des Versicherungsbüros beim Landessportverband. Herr Jahn ist neben seiner versicherungsfachlichen Ausbildung auch ausgebildeter Social Media Manager, TÜV-zertifizierter Fachberater für Cyberrisiken und selbst Übungsleiter und Schiedsrichter im Handball  
**Anmeldeschluss:** 02.09.2024

*Mit der Mitgliedschaft im LSV ist ein Mitgliedsverein bereits umfassend versichert. Aber kennt jeder Verein die Absicherung? Wissen Sie, dass mit der Mitgliedschaft des Vereins im LSV bereits acht Versicherungen bestehen?*

*Das Seminar gibt die Chance, sich nicht erst im Schadenfall mit dem Thema auseinander zu setzen. Dieses Webinar informiert Sie über bestehende Absicherung, ratsame Ergänzungen sowie Sport-Evergreens auf Versicherungsseite. In diesem Jahr liegt der Schwerpunkt des Seminars auf der Absicherung von Veranstaltungen und Cyberrisiken (Datenschutz, IT, Social Media). Der Referent Henning Jahn wird Ihnen als Sportversicherungsfachmann alle Fragen beantworten, die Sie im Vereinsalltag beschäftigen und Licht ins Dunkle bringen.*

## 23. Gruppentraining - Trainingsinhalte und Aufsichtspflicht in der Praxis (ein Lehrgang der Sportjugend des KSV)

<b>Termin:</b>	Samstag, 07.09.2024
<b>Zeit:</b>	10.00 bis 13.00 Uhr
<b>Ort:</b>	KSV-Geschäftsstelle, Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Jugendleiter/innen Vereins- und Schulsportlehrer und sonst. Interessierte
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	15,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Jugendleiterlizenzen, Juleica und Übungsleiterlizenzen anerkannt.
<b>Referent:</b>	Oliver Tan
<b>Anmeldeschluss:</b>	02.09.2024

*Theorie trifft Praxis: Beim Training mit geschlossenen und offenen Gruppen, beim Training mit verschiedenen Altersklassen, wann beginnt der Verantwortungsbereich und wann endet er? Wie baut man Geräte und Trainingsstationen verkehrssicher auf? Wie behält man die Gruppe im Blick? Wie gibt man richtige Anweisung? In diesem Seminar werden die Anforderungen der Rechtsprechung und Haftungsszenarien anhand von Fallbeispielen in der praktischen Anwendung von Trainingssituationen in der Halle nachgestellt und mit Beispielsfällen aus der eigenen Trainingspraxis geübt.*

## 24. Wenn die Puste nicht mehr reicht – Sport mit Lungenerkrankungen

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 12.09.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referent:</b>	PD Dr. Hans-Peter Hauber, Chefarzt der Klinik für Pneumologie und Beatmungsmedizin am Zentrum für innere Medizin, Regio Kliniken
<b>Anmeldeschluss:</b>	09.09.2024



Foto: Christina Oltzen

## 25. DOSB-Übungsleiter C-Lizenzlehrgang 2024/2025– mit Schwerpunkt Breiten- und Freizeitsport

<b>Grundkurs (40 LE):</b>	Beginn: Donnerstag, 19.09.2024
<b>Weitere Termine:</b>	20./21.09., 26./27./28.09.2024
<b>Aufbaukurs (40 LE):</b>	07./08./09.11., 14./15./16.11.2024
<b>Schwerpunktkurs Breiten- und Freizeitsport (40 LE):</b>	09./10./11.01., 18./25.01.2025
<b>Zeiten:</b>	donnerstags: 18.30 – 21.30 Uhr freitags: 18.30 – 21.30 Uhr sonnabends: 09.00 – 18.30 Uhr
<b>Lernerfolgskontrolle:</b>	01.02.2025, 09.00 – 18.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Theorie: Geschäftsstelle des KSV Pinneberg Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn Praxis: Sporthalle Bismarckschule Bismarckstraße 2, 25335 Elmshorn
<b>Lehrgangziel:</b>	Qualifizierte Ausbildung von Übungsleitern mit dem Schwerpunkt Breiten- und Freizeitsport nach den Rahmenrichtlinien des DOSB
<b>Seminargebühr:</b>	240,00 € nur Grund-, Aufbau- oder Schwerpunktkurs: je 80,00 € (nur möglich, wenn der komplette Lehrgang nicht ausgebucht ist)
<b>Lerneinheiten:</b>	120 LE
<b>Anmeldeschluss:</b>	14.09.2024
<b>Anmeldung:</b>	per Meldebogen durch die Vereine sowie im SAMS-Portal durch den Teilnehmer

## 26. Nonverbale Kommunikation (Körpersprache)

<b>Termin:</b>	Dienstag, 08.10.2024
<b>Zeit:</b>	18.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort:</b>	online
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	15 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	25,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	2 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter-, Vereinsmanagement- und Jugendleiterlizenzen sowie für die Juleica anerkannt
<b>Referentin:</b>	Martina Redeker
<b>Anmeldeschluss:</b>	06.10.2024

„Man kann nicht, nicht kommunizieren“... sagte schon ein berühmter Kommunikationswissenschaftler. Was genau ist mit dieser Aussage gemeint? Was verbirgt sich hinter dem Begriff Körpersprache? Welche wichtige Rolle spielt die menschliche Wahrnehmung dabei? Diese und noch mehr Fragen werden im Seminar beantwortet. Aufgaben und Tipps unterstützen dabei.

## 27. Spiel- und Bewegungsideen für die Stundengestaltung im Ganzttag (ein Lehrgang der Sportjugend des KSV)

<b>Termin:</b>	Samstag, 12.10.2024
<b>Zeit:</b>	09.30 – 13.30 Uhr
<b>Ort:</b>	Sporthalle Grundschule Hafensstraße Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer und Jugendleiter
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	30,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	5 LE werden für die Verlängerung von Übungs- und Jugendleiterlizenzen anerkannt
<b>Referentin:</b>	Nina Blümel
<b>Anmeldeschluss:</b>	08.10.2024

Die Fortbildung richtet sich an Übungsleiter in der Kinder- und Jugendarbeit und Übungsleiter, die in der Ganztagschule tätig werden wollen bzw. schon tätig sind. Es werden theoretische und praktische Tipps, Anregungen und Ideen für den Aufbau sowie die inhaltliche Gestaltung von Vereinsangeboten und Angeboten in der Ganztagschule gegeben. Schwerpunkte sind u.a.

- Spiel und Sport mit Alltagsmaterialien
- Wettkampfspiele und integrative Spiele mit und ohne Geräte
- Grundsätzliche Informationen zu Sport im Ganzttag
- Spielerisch entspannen und Ruhe finden - Bunte Bälle - Einführung in die Ballschule - „Was mache ich, wenn ...?“ - gelingende Sportkonzepte in Ganztagskooperationen - Erfahrungen im Ganzttag - Tipps und Tricks im Austausch

## 28. Sport und Spaß „inklusive - Live dabei“ (ein Lehrgang der Sportjugend des KSV)

<b>Termin:</b>	Dienstag, 15.10.2024
<b>Zeit:</b>	17.00 – 20.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Sporthalle Raboisenschule, Raboisenstraße 43, 25336 Elmshorn
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer, Jugendleiter
<b>Teilnehmerzahl:</b>	16 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	20,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	4 LE werden für die Verlängerung von Übungs- Jugendleiterlizenzen und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referenten:</b>	Brita Mehrens, Jeldrik Pommerening und Lydia Schilling
<b>Anmeldeschluss:</b>	12.10.2024

Gemeinsam Stark! Der Sport steht als Inbegriff des Gemeinschaftserlebnisses.

Im Rahmen der Inklusion stehen auch die Sportvereine vor der Aufgabe wie sie Sportangebote für Menschen mit Behinderung anbieten und umsetzen können. Wie können Vorurteile und Berührungängste abgebaut werden und ein gemeinsames Erlebnis miteinander geschaffen werden?

Wie gehe ich mit den besonderen Bedürfnissen um, und wo sind sportliche Grenzen? Wie differenzieren wir im Rahmen des Sports Menschen mit unterschiedlichen Einschränkungen? In diesem Workshop werden Erfahrungen weitergegeben und Sicherheit sowie Anregungen gegeben rund um den Bereich des inklusiven Sports. Neben einem Theorieteil, bei dem einige Sportler von Ihren Erfahrungen berichten, geht es in die Sportpraxis, um gemeinsam einen wertschätzenden Umgang miteinander zu erleben.

## 29. Herzessache: Gesunder Sport nach Herzinfarkten

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 17.10.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Vorträge:</b>	PD Dr. Sebastian Bohnen, Leitender Oberarzt Kardiologie Regio Kliniken
<b>Anmeldungen:</b>	14.10.2024



Foto: Christin Clesen



## 30. Muskelverletzungen im Sport – Erkennen, (Be-)Handeln, Schützen

**Termin:** Samstag, 09.11.2024  
**Zeit:** 09.30 – 12.30 Uhr  
**Ort:** Geschäftsstelle des KSV Pinneberg  
Beselerstraße 3, 25335 Elmshorn  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** 35,00 €  
**Lerneinheiten:** 4 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Andreas Gentzel, Dipl.-Sportwissenschaftler  
**Anmeldeschluss:** 06.11.2024

*Muskelverletzungen sind die häufigsten Verletzungen im Sport. Das reicht von Muskelverhärtungen (der Muskel macht zu) bis dem zum Glück seltenen Extremfall Muskelriss. Wie sollte ich als Sportler und Trainer damit umgehen? Das ist Thema des Workshops.*

## 31. Achtsame Bewegung für ganzheitliche Gesundheit

**Termin:** Sonntag, 10.11.2024  
**Zeit:** 10.00 – 12.15 Uhr  
**Ort:** online  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** 25,00 €  
**Lerneinheiten:** 3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referentin:** Melanie Müller  
**Anmeldeschluss:** 08.11.2024

*Herausfordernde Workouts, schweißtreibender Sport und intensive muskuläre Anstrengung- Achtsame-Bewegungen oder Achtsamkeits-Yoga ist das genaue Gegenteil von den oben benannten Beschreibungen. In dieser Fortbildung geht es um das Abtauchen über minimalistische Bewegungen und intensives Reinspüren in pure Körpererfahrung. Es wird Raum geschaffen, in dem der Körper in Stille sowie Bewegung gespürt werden kann und man wieder lernt, ihm Zuzuhören und aus den Erfahrungen die tiefen Erkenntnisse über seine Bedürfnisse wahrzunehmen, um in Anstrengung oder Entspannung den Körper zu regulieren und ihn langfristig gesund halten zu können. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartet eine Achtsamkeitsyogastunde/Bewegungseinheit, achtsame Impulse für den Alltag und die Begleitung zum ersten Schritt auf dem Weg zur achtsamen Bewegung in der eigenen Sportart.*

## 32. Power Yoga

**Termin:** Samstag, 16.11.2024  
**Zeit:** 10.00 – 14.30 Uhr  
**Ort:** Gymnastikhalle des Elmshorner MTV  
Koppeldamm 1, 25335 Elmshorn  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 16 Personen  
**Seminargebühr:** 40,00 €  
**Lerneinheiten:** 6 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen anerkannt  
**Referentin:** Tina Pahl  
**Anmeldeschluss:** 12.11.2023

*Mit Yoga wieder in die Kraft kommen. Krisen, persönliche Schicksale, negativ empfundener Stress und Alltagsorgen bringen gerade in diesen Zeiten viele Menschen aus dem Gleichgewicht. Jeder braucht einen Ausgleich, um zur Ruhe und neuer Kraft zu kommen. Yoga bietet eine wunderbare Möglichkeit gymnastische Übungen und gesunde Bewegungen in die Sportstunden mit einzubauen. Wie das gelingen kann, darüber gibt dieses Seminar Inspiration. Die Teilnehmer lernen gezielte Atem- und Entspannungstechniken und kraftvolle Elemente aus dem umfangreichen Spektrum des Yoga kennen, um zu erfahren wie man Resilienz erhöhen und mental und körperlich wieder Kraft schöpfen kann. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Socken, eine Decke und ggf. ein Kissen mitbringen.*

## 33. Stress und Ernährung

**Termin:** Montag, 18.11.2024  
**Zeit:** 18.30 – 20.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Teilnehmerkreis:** Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer  
**Teilnehmerzahl:** 20 Personen  
**Seminargebühr:** 20,00 €  
**Lerneinheiten:** 2 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt  
**Referent:** Daniel Koch  
**Anmeldungen:** 13.11.2024

*Stress hat bei vielen Menschen einen erheblichen Einfluss auf die Ernährung. Bei Ernährungsumstellung zu gesünderer Ernährung oder beim Abnehmen kann der persönliche Umgang mit Stress die Umsetzung erheblich erschweren oder auch optimal unterstützen. Bei diesem Theorie Workshop werden verständlich und mitreißend die Zusammenhänge von Stress und Ernährung erklärt und konkrete Ideen für praxisnahe Strategien vermittelt.*

## 34. Sport nach Schlaganfall – mit Handicap zurück ins Leben

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 28.11.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referent:</b>	Dr. Henning Clausen, Leitender Oberarzt Neurologie Regio Klinik
<b>Anmeldeschluss:</b>	24.11.2024



Foto: Christina Clausen

## 35. Kassenwarte aktuell – Kompaktschulung Teil 1

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 28.11.2024
<b>Zeit:</b>	19.00 – 20.30 Uhr
<b>Ort:</b>	online
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Vereinsvorstände, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von Vereinen und Verbänden
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	15,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	2 LE werden für die Verlängerung von Vereinsmanagement-Lizenzen anerkannt
<b>Referent:</b>	Günter Quast
<b>Anmeldeschluss:</b>	25.11.2024

### Inhalte:

- Verwendung der Vereinsmittel
- Bildung einer freien Rücklage
- Tatsächliche Geschäftsführung
- Buchführung, Aufzeichnungen, Kassenführung
- Lohnsteueranmeldungen
- Beitragsnachweis Sozialversicherung

## 36. Kassenwarte aktuell – Kompaktschulung Teil 2

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 05.12.2024
<b>Zeit:</b>	19.00 – 20.30 Uhr
<b>Ort:</b>	online
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Vereinsvorstände, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von Vereinen und Verbänden
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	15,00 €
<b>Lerneinheiten:</b>	2 LE werden für die Verlängerung von Vereinsmanagement-Lizenzen anerkannt
<b>Referent:</b>	Günter Quast
<b>Anmeldeschluss:</b>	03.12.2024

### Inhalte:

- Übungsleiterfreibetrag
- Ehrenamtszuschale

## 37. Schaufensterkrankheit – Sport als Therapie

<b>Termin:</b>	Donnerstag, 12.12.2024
<b>Zeit:</b>	18.30 – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	Rehazentrum Pinneberg (am Klinikum), Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg
<b>Teilnehmerkreis:</b>	Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereins- und Schulsportlehrer
<b>Teilnehmerzahl:</b>	20 Personen
<b>Seminargebühr:</b>	Der KSV erhebt eine Schutzgebühr von 5,00 €, die als Spende an den Förderverein der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik Elmshorn e. V. weitergeleitet wird.
<b>Lerneinheiten:</b>	3 LE werden für die Verlängerung von Übungsleiter- und Fachübungsleiterlizenzen des RBSV SH anerkannt
<b>Referentin:</b>	Dr. Nicoline Jochmann-Schiek, Chefärztin der Klinik für Gefäßmedizin, Regio Kliniken
<b>Anmeldeschluss:</b>	09.12.2024



Foto: Christina Clausen