



## Ausschreibung

DJK-Übungsleitenden  
B-Lizenz-Ausbildung

„Sport in der  
Prävention“

18. - 24. Juni 2018  
in Seibersbach

DJK-Sportverband  
Diözesanverband Mainz

Am Fort Gonsenheim 54,  
55122 Mainz

Tel. 06131 / 253-674

Fax. 06131 / 253-680

E-Mail: [info@djk-mainz.de](mailto:info@djk-mainz.de)

[www.dcms.bistummainz.de](http://www.dcms.bistummainz.de)

Mainz, den 04. Oktober 2017



In 60 Lerneinheiten (1 LE = 45 Minuten) werden bereits im Verein tätige lizenzierte Übungsleitende C, für die Arbeit mit DJK-Sportgruppen im Bereich der Prävention fit gemacht und qualifiziert. Mit dieser Ausbildung soll der großen Nachfrage nach Qualifikation Rechnung getragen werden. Es stehen insgesamt 15 Ausbildungsplätze zur Verfügung. Die Inhalte erstrecken sich in der Theorie von den **sportmedizinischen Grundlagen in Anatomie und Physiologie**, über **Ernährungsfragen und Risikofaktoren**, bis hin zu **pädagogischen Fragestellungen** und die Umsetzung von entsprechenden **Vereinsprogrammen**.

In der Praxis wird es um **Ausdauerprogramme** gehen, so z.B. um Nordic Walking, Pilates, Aquajogging, sowie um **Entspannungsmethoden, Koordinationstraining, funktionelle Gymnastik** sowie **Körperwahrnehmung**. Die Ausbildung möchte die Teilnehmende in die Lage versetzen, gezielte **Sportprogramme zur Vorbeugung von Bewegungsmangelercheinungen** anzubieten. Dabei werden die Zusammenarbeit mit den Krankenkassen und der Erwerb des Gütesiegels „**Sport Pro Gesundheit**“ im Mittelpunkt stehen. Gleichzeitig wird allerdings auch Wert auf **das Erleben von Gemeinschaft** - das für die DJK von besonderer Bedeutung ist - gelegt.

**Termin:** 18.-24. Juni 2018 (Beginn ca. 14 Uhr / Ende ca. 12 Uhr)

**Ort:** Sport- und Freizeitzentrum des Sportbundes Rhein-  
hessen, Soonwaldstr. 20, 55444 Seibersbach

**Kosten:** 200 Euro für DJK-Mitglieder  
300 Euro für Nicht-DJK-Mitglieder  
incl. Übernachtung, Verpflegung, Ausbildung

**Basis:** Gültige Übungsleiterin/Übungsleiter-C-Lizenz  
Mitgliedschaft in einem Sportverein

**Anmeldeschluss:** 01. April 2018

**Programm:** Weiterführende Informationen und Anmeldebögen  
können in der DJK-Geschäftsstelle Mainz ange-  
fordert werden

**Anmeldung:** Tobias Küsters, [info@djk-mainz.de](mailto:info@djk-mainz.de)  
DJK-Geschäftsstelle Mainz

Eine Initiative der DJK-Diözesanverbände Freiburg, Limburg, Mainz, Speyer, Trier und der DJK-Landesverbände



ÜL-  
Ausbildung

# Anmeldeformular | Einverständniserklärung

zur DJK-Übungsleitenden-B-Lizenz-Ausbildung 2018 in Seibersbach

.....  
**Name | Vorname**

.....  
**Geburtsdatum**

.....  
**Straße | Hausnummer**

.....  
**PLZ | Ort**

.....  
**Telefon**

.....  
**E-Mail**

.....  
**Mitglied im Verein**

.....  
**Tätigkeit im Verein**

Ich bin damit  einverstanden  nicht einverstanden,  
dass die Angaben zu meinem Namen und meiner Anschrift sowie Telefon und E-Mail in einer Netzwerkliste  
allen Teilnehmenden zur Verfügung stehen (z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften).

Ich bin damit  einverstanden  nicht einverstanden,  
dass der Veranstalter die während der Veranstaltung aufgenommenen Foto- und Filmauf-  
nahmen zeitlich und räumlich unbegrenzt für die Öffentlichkeitsarbeit (Internet, Presse-  
mitteilung und Abdruck in Printmedien) nutzen darf. Ein Recht auf Veröffentlichung be-  
steht nicht. Ein Honorar wird nicht gezahlt. Eine kommerzielle Nutzung ist ausgeschlossen.

.....  
**Ort | Datum**

.....  
**Unterschrift**

## Informationen und Rücksendeanschrift



Am Fort Gonsenheim 54,  
55122 Mainz  
Tel. 06131 / 253-674  
Fax. 06131 / 253-680  
info@djk-mainz.de