

Termine: Online-Fortbildungen + Online-Seminare im Herbst 2020

Anmeldung und Infos unter: <https://bildung.lsv-sh.de>

Online – Fortbildungen:

Datum	Nummer	Online-Meetings (verpflichtend)	Thema	Lerneinheiten (ÜL, Juleica, VM)
29.09.20 – 25.10.20	4.49/20	09.+23.10.20 jeweils 18-19:30 Uhr	Fokus FrauenGesundheit im Sport -...	8 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
19.10.20 – 15.11.20	4.52/20	30.10.+13.11. jeweils 18-19:30 Uhr	Zeitgemäßes Beckenbodentraining für Männer und Frauen	8 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
23.10.20 – 15.11.20	5.18/20	24.10.2020 10-10:45 Uhr + 07.11.2020 10-11:30 Uhr	Aktiv und fit 60plus	8 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
02.11.20 – 29.11.20	4.53/20	02.11.+26.11. jeweils 18-19:30 Uhr	Training mit Rectus Diastase - das weibliche coreSystem im Sport	8 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
20.11.20 – 13.12.20	4.56/20	21.11.20, 10-10:45 Uhr + 05.12.22, 10-11:30 Uhr	Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht und Kleingeräten	8 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica

Online-Seminare:

Datum	Nummer	Uhrzeit	Thema	Lerneinheiten (ÜL, Juleica, VM)
02.10.20	WEB 4.50/20	18:00 - 19:30 Uhr	Hypocore – zeitgemäßes coreTraining durch gezielte Atem&Faszienarbeit	2 LE – ÜL-C & B / JL/Juleica
11.10.20	WEB 4.51/20	11:00 - 12:30 Uhr	Rücken-Entzücken – Entlastung und Training mit Hypocore	2 LE – ÜL-C & B / JL/Juleica
04. + 11.11.20	WEB 2.10/20	jeweils 18:30 – 20:00 Uhr	Das kleine 1x1 der Mitgliederversammlung	4 LE - Vereinsmanager/JL/ Juleica

Datum	Nummer	Uhrzeit	Thema	Lerneinheiten (ÜL, Juleica, VM)
06.11.20	WEB 4.54/20	18:00 - 19:30 Uhr	AtemTechniken im Sport – Potentiale nutzen in Training, Wettkampfvorbereitung und Reha	2 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
18. + 25.11.20	WEB 2.11/20	18:30 – 20:00 Uhr	Ist unsere Satzung noch zeitgemäß?	4 LE - Vereinsmanager/JL/ Juleica
27.11.20	WEB 4.55/20	18:00 -19:30 Uhr	Funktionelles Training auf dem Prüfstand	2 LE – ÜL-C & B/JL/Juleica
02. + 09.12.20	WEB 2.12/20	jeweils 18:30 – 20:00 Uhr	Grundlagen des Vereinssteuerrechts	4 LE - Vereinsmanager/JL/ Juleica