ksb
KREISSPORTBUND
Emsland e.V.





LEHRGÄNGE UND VERANSTALTUNGEN

2027

Online-Anmeldung unter

Informieren - Suchen - Buchen
BildungSportal

VERANSTALTUNGS-HIGHLIGHTS



FAMILIENSPORTTAG
17. Januar 2027 in Meppen



AKADEMIE-FORUM
27. Februar 2027 in Sögel



TANZSCHAUKASTEN
18. April 2027 in Dörpen



SPORTIVATIONSTAG
24. Juni 2027 in Papenburg



FRAUENSPORTTAG
Herbst 2027



FAMILIENSPORTTAG
07. November 2027 in Sögel

Fotos Titelblatt und Terminübersicht: © LSB NRW

INHALTSÜBERSICHT

Vorwort 4

Ferienfreizeiten 7
Sport- und Abenteuercamp

Ausbildungen 8

Ausbildungen Jugend 8
Jugendleiter-Card (Juleica) Ausbildung
Grundlehrgang Klettern
Schulsportassistenz-Ausbildung
Sportassistenz-Ausbildung

Ausbildungen Breitensport 12
Übungsleiter C-Lizenz DOSB Breitensport (1. Lizenzstufe)
Übungsleiter B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“ (2. Lizenzstufe)

Fortbildungen 26
Lokale Qualitätszirkel;
NTB-Fortbildungen;
Fortbildungen Behindertensportverband Niedersachsen;
Prüfungsberechtigung „Das deutsche Sportabzeichen“ für Menschen mit Behinderung;
Sportjugend-Fortbildungen;
Erlebnispädagogische Aktionen und Outdoorklettern

Sportgeräte-Ausleihservice 70

Das Deutsche Sportabzeichen 75

Rund um die Anmeldung 77

Terminübersicht 80

Ansprechpartner 82

Liebe Sportbegeisterte,
liebe Fortbildungsinteressierte,

Sport lebt von Menschen, die Verantwortung übernehmen, Wissen weitergeben und andere begeistern. Von Menschen wie Euch. Mit Eurem Engagement bewegt Ihr Menschen, stärkt den Zusammenhalt und macht Vereine zu Orten voller Gemeinschaft, Freude und Leidenschaft.

Damit Ihr Eure Aufgaben mit Wissen, Kompetenz und frischen Ideen gestalten könnt, haben wir für 2027 wieder ein abwechslungsreiches Qualifizierungsprogramm zusammengestellt. Ob Ihr eine Lizenz erwerben, Euch fachlich weiterentwickeln oder neue Impulse für Eure Vereinsarbeit sammeln möchtet – bei uns findet Ihr die passende Aus- oder Fortbildung.

Freut Euch auf praxisnahe Lehrgänge, spannende Themen und inspirierende Referentinnen und Referenten. Nutzt die Gelegenheit, neue Perspektiven kennenzulernen, Erfahrungen auszutauschen und Kontakte zu knüpfen. Denn Bildung im Sport bedeutet mehr als Lernen: Sie verbindet Menschen und eröffnet neue Möglichkeiten.

Am Sportcampus Emsland erwarten Euch hervorragende Rahmenbedingungen. Unser modernes Bettenhaus bietet bei mehrtägigen Lehrgängen eine angenehme Atmosphäre zum Lernen, Austauschen und Wohlfühlen. Hier entstehen nicht nur neue Kompetenzen, sondern oft auch wertvolle Netzwerke und Freundschaften.

Alle Lehrgänge findet Ihr im Bildungsportal und könnt diese bequem online buchen. So gelingt der nächste Schritt auf Eurem Bildungsweg einfach, schnell und unkompliziert.

Investiert in Euch selbst, in Euren Verein und in die Zukunft des Sports. Entdeckt Neues, entwickelt Euch weiter und werdet Teil einer starken Gemeinschaft, die den Sport in unserer Region aktiv gestaltet.

Wir freuen uns darauf, Euch 2027 am Sportcampus Emsland begrüßen zu dürfen.

Gemeinsam bringen wir den Sport zu den Menschen in unserer Region!

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen
BildungSportal

www.ksb-emsland.de

ksb SPORTSCHULE Emsland



SPORTSCHULE | BILDUNG | RÄUMLICHKEITEN | VERPFLEGUNG | ZUSATZLEISTUNGEN | SPORTSTÄTTEN

Weitere Informationen finden Sie unter: **www.sportschule-emsland.de**

SPORTSCHULE. EMSLAND.

SERVICEORIENTIERT.
INDIVIDUELL.
ZENTRAL.
QUALITÄTSBEWUSST.
BARRIEREFREI.

Unsere Webseite finden Sie hier


Kunstrasenplatz Sportschule Emsland


Seminarraum im Haus des Sports


Schloss Clemenswerth

Bei Fragen und/oder Anregungen steht Ihnen das Team der Sportschule Emsland gerne zur Verfügung.

SPORTSCHULE EMSLAND | Schlaunallee 11a, 49751 Sögel | Tel. 05952 940-103, Fax 05952 940-105 | mail@sportschule-emsland.de

PLANE DEIN TRAININGSLAGER
im SPORTCAMPUS Emsland

Optimale Bedingungen für Vereine und Teams



Der **SPORTCAMPUS** Emsland bietet Vereinen und Sportteams die **besten Voraussetzungen**, um sich optimal auf die kommenden Herausforderungen vorzubereiten. Egal, ob **Fußball, Basketball, Volleyball oder eine andere Sportart** – bei uns findet jedes Team die **perfekten Trainingsbedingungen**, um seine Ziele zu erreichen oder **als Mannschaft zusammenzuwachsen**.









Moderne Sportanlagen
Sporthallen, Fußballfelder, Tartanbahn mit Hoch- und Weitsprunganlage u. v. m.

Infrastruktur
Die Sportanlagen und Unterbringungsstätten sind fußläufig schnell zu erreichen.

Moderne Übernachtungsmöglichkeiten
36 moderne Zimmer mit eigenem Bad, Schreibtisch, TV & WLAN.

WÄSCHE-SERVICE | VOLLVER-PFLEGUNG | DIREKT AM HAUS | WLAN | BARRIERE-FREI | FLEXIBEL NUTZBAR

Jetzt informieren und buchen!
05952 9679220 | www.sportcampus-emsland.de

ksh SPORTCAMPUS Emsland

Sportjugend Emsland

Veranstaltung

Sport- und Abenteuercamp

Seit Jahren führt die Sportjugend Emsland verschiedenste Ferienfreizeiten durch. Schwerpunktmäßig bewegen wir uns Bereich Abenteuer- und Erlebnissport.

Jedes Camp dauert 5 Tage, und im Preis enthalten sind Betreuung der Kinder, Übernachtung und Vollverpflegung.

Abenteuer erleben, Grenzen überwinden und gemeinsam stärker werden!

Da werden die Ferien zum Erlebnis! Gemeinsam klettern, toben, spielen, Neues ausprobieren und jede Menge Sport treiben – das alles bietet das Sport- und Abenteuercamp der Sportjugend.

Unser Ziel ist es, dass die Kinder nicht nur jede Menge Spaß haben, sondern auch persönlich wachsen. Sie entdecken ihre eigenen Stärken, entwickeln Selbstvertrauen, lernen Teamgeist und erleben, wie viel sie gemeinsam erreichen können.

Das Camp richtet sich an alle Kinder im Alter von 9 bis 13 Jahren.

Das erwartet euch

- Klettern und spannende Bewegungsabenteuer
- Lustige Gruppen- und Mannschaftsspiele
- Sportliche Herausforderungen und Wettkämpfe
- Gemeinsame Kinoabende
- Neue Freundschaften und unvergessliche Erlebnisse

Unser abwechslungsreiches Programm ist speziell auf die Altersgruppe abgestimmt. Dabei ist für unterschiedliche Interessen und Fähigkeiten etwas dabei. Mitmachen, Ausprobieren und Spaß haben stehen im Mittelpunkt!

Referent:	Referententeam Sportjugend Emsland
Kosten:	229,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland

Sport- und Abenteuercamp **5/41/2027/02878**
Termin: Montag, 09.08.27, 15.30 Uhr – Freitag,13.08.27, 13.00 Uhr

Sport- und Abenteuercamp **5/41/2027/02880**
Termin: Montag, 18.10.27, 15.30 Uhr – Freitag, 22.10.27, 13.00 Uhr

Jugendleiter-Card (Juleica) Ausbildung

Die Jugendleiterinnen- und Jugendleiter-Ausbildung ist eine Qualifizierungsmöglichkeit für Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, Juniorteams bzw. Jugendwarte im Verein sowie Betreuerinnen und Betreuern von z.B. Kinder- und Jugendfreizeiten.

In der Ausbildung geht es um die Gestaltung von Angeboten, die sich an den Interessen von Kindern und Jugendlichen orientieren und über den „normalen“ Übungs- und Trainingsbetrieb hinausgehen. Die eigene Rolle als Leiterin bzw. Leiter einer Gruppe, pädagogische und rechtliche Aspekte werden ebenso thematisiert wie die Beteiligungsmöglichkeiten und Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen im Verein und die Organisation und Finanzierung von z. B. Jugendfreizeiten.

Zusätzlich gibt es eine Sammlung an ganz praktischem „Handwerkszeug“ in Form von Spielen und anderen Bewegungsaktionen.

Referent: Referententeam Sportjugend Emsland
Kosten: 100,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung

ACHTUNG
Mehrteiliger Lehrgang!
Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

Ausbildung 1 — 1/41/2027/02166

Teil 1: Freitag, 19.02.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 21.02.27, 12.00 Uhr
Teil 2: Freitag, 19.03.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 21.03.27, 12.00 Uhr
Teil 3: Freitag, 09.04.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 11.04.27, 12.00 Uhr
Ort: Sögel, Sportschule Emsland

Ausbildung 2 — 1/41/2027/02171

Teil 1: Freitag, 10.09.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 12.09.27, 12.00 Uhr
Teil 2: Freitag, 23.10.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 25.10.27, 12.00 Uhr
Teil 3: Freitag, 26.11.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 28.11.27, 12.00 Uhr
Ort: Sögel, Sportschule Emsland

Ausbildung 3 (Blocklehrgang) — 1/41/2027/02177

Termin: Freitag, 08.10.27, 17.00 Uhr – Mittwoch, 13.10.27, 12.00 Uhr
Ort: Sögel, Sportschule Emsland

Ausbildung Kletterlehrgänge

Die Sportjugend Emsland führt in der Sportschule Emsland in Sögel Aus- und Fortbildungen durch, in denen „das Klettern“ vermittelt wird. Hierfür werden Grund- und ein weiterführender Lehrgang (s. S. 49) angeboten.

Der Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses wird dringend empfohlen!

Teilnahme ab 14 Jahren

Grundlehrgang Klettern

Dieser Lehrgang richtet sich besonders an Einsteiger ohne Vorkenntnisse, die einmal in den Klettersport „hineinschnuppern“ oder auf einer Veranstaltung die mobile Kletterwand der Sportjugend Emsland einsetzen möchten.

Inhalte:

- Material- und Knotenkunde
- Klettergurte unterschiedlichster Versionen
- Toprope-Sicherung und verschiedene Sicherheitsmethoden
- Auf- und Abbau der mobilen Kletterwand
- Möglichkeit Erwerb „DAV-Kletterschein Toprope“



Der Nachweis eines „DAV-Kletterscheins Toprope“ ist Voraussetzung für Personen, die die mobile Kletterwand der Sportregion Ems-Vechte einsetzen und betreuen möchten.

Anerkennung: Abenteuer- und Erlebnissport
Diese Ausbildung wird für den C-50 Flexbereich anerkannt.
15 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport
11 LE zur Verlängerung der „Juleica“
Kosten: 80,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung

Lehrgang 1: — 1/41/2027/02168

Referent: Referententeam Sportjugend Emsland
Termin: Freitag, 21.05.27, 18.00 Uhr – Sonntag, 23.05.27, 12.00 Uhr
Ort: Sögel, Sportschule Emsland

Lehrgang 2: — 1/41/2027/02183

Referent: Referententeam Sportjugend Emsland
Termin: Freitag, 27.08.27, 18.00 Uhr – Sonntag, 29.08.27, 12.00 Uhr
Ort: Sögel, Sportschule Emsland

Schulsportassistenz-Ausbildung 1/41/2027/02170

Sportbegeisterte Schüler*innen aufgepasst: In der Schulsportassistenz-Ausbildung lernt ihr alles, was ihr braucht, um euch im außerunterrichtlichen Sportunterricht einzubringen und auch im Sportverein Verantwortung zu übernehmen. Egal, ob als helfende Hand der Übungsleitung, oder bei der Mitgestaltung eines Bewegungs- und Sportangebotes – in dieser Ausbildung lernst du das passende „Handwerkszeug“, um Angebote in der Schule, im Verein oder in deren Zusammenarbeit zu planen und umzusetzen.

Die Inhalte der Ausbildung im Überblick:

- Kleine Spiele, Rituale und Bewegungsangebote für Kindergruppen
- Attraktive Sportangebote für Jugendliche
- Hilfestellung, Absicherung bei Aufbauten, erste Maßnahmen bei Verletzungen
- Anleiten eines Sportangebots
- Organisation und Durchführung kleiner Projekte
- Kennenlernen von Beteiligungsmöglichkeiten im Schulkontext
- Einblicke in den Vereinssport

Zielgruppe sind Jugendliche im Alter von 13–15 Jahren.

Referent:	Referententeam Sportjugend Emsland
Termin:	Donnerstag, 01.07.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 04.07.27, 12.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	60,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung



Foto: © LSB NRW / Marc Hermenau

Sportassistenz-Ausbildung 1/41/2027/02184

An der Sportassistenz-Ausbildung können alle Jugendlichen im Alter von 13 bis 15 Jahren teilnehmen, die Übungsleiter*innen und Trainer*innen bei der Durchführung ihrer Sportangebote unterstützen möchten. Ausgebildete Sportassistenten*innen übernehmen die Anleitung von Bewegungsspielen, die Gestaltung einzelner Stundenteile oder die Betreuung von Teilgruppen.

Darüber hinaus können sie sich bei verschiedenen Vereinsaktivitäten einbringen und lernen so einzelne Möglichkeiten für ein Engagement im Sportverein kennen.

Während der Ausbildung lernen die angehenden Sportassistenten*innen Jugendliche aus anderen Vereinen kennen und bekommen Informationen über weiterführenden Aus- und Fortbildungsangebote der Sportverbände.

Die Inhalte der Ausbildung im Überblick:

- Kleine Spiele, Rituale und Bewegungsangebote für Kindergruppen
- Attraktive Sportangebote für Jugendliche
- Hilfestellung, Absicherung bei Aufbauten, erste - Maßnahmen bei Verletzungen
- Aufbau einer Übungsstunde
- Organisation und Durchführung kleiner Projekte
- Kennenlernen von Beteiligungsmöglichkeiten und Ansprechpersonen im Verein und Verband

Zielgruppe sind Jugendliche im Alter von 13–15 Jahren.

Referent:	Referententeam Sportjugend Emsland
Termin:	Donnerstag, 21.10.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 24.10.27, 12.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	60,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung

ÜL-C Breitensport Ausbildung in Niedersachsen

Akademie des Sports
IM LANDESSPORTBUND NIEDERSACHSEN E.V.



Das ist dein Start:

Basismodul C-30

Sport verstehen und vermitteln.
30 LE beim LSB.

ggf. anerkannt für Trainer C in deinem Landesfachverband. Bitte vorher dort erfragen!

So geht´s weiter …

Aufbaumodul C-40

Profil Kinder 40 LE:
Kinder bewegen und begleiten
oder
Profil Erwachsene 40 LE:
Erwachsene bewegen und begleiten

Davon 2 LE:
- **Hospitation** in (d)einem Sportverein
- **Praxiscoaching**

ÜL-C Breitensport Ausbildung:
30 + 40 + 50 = 120 LE



Kann jederzeit gestartet werden:

Flexbereich C-50

Freie Wahl aus dem Fortbildungsangebot ÜL-C:
Sammeln von
insgesamt 50 LE

Außerdem notwendig:
- 1. Hilfe (9 LE)
- Verhaltensrichtlinie Prävention sexualisierte Gewalt







Lerneinheiten = LE
Präsenz = | Online + Blended Learning =

Gültig ab: 01.01.2025



Foto: © LSB NRW / Marc Hermenau

www.emco-eroller.de

emco e-roller

UNU by emco | DREEMS by emco | Kumpan by emco

E-Roller neu gedacht – Vielfalt unter einem Namen

Ob modern-minimalistisch, klassisch mit Dolce-Vita-Charme, sportlich-stark oder günstig für Einsteiger: Wir haben die besten Modelle und Marken vereint und machen sie zu deiner neuen Freiheit auf zwei Rädern.

Bewerbe dich gern!

„ÜL C-Lizenz DOSB“ C-30 Basismodul: „Sport verstehen und vermitteln“

Sport verstehen und vermitteln sind wichtige Themen, die für jede Sportart relevant sind. Die Leitung von Gruppen, das Selbstverständnis der eigenen Rolle als Übungsleiter*in oder Trainer*in sowie das Planen von Sport- und Trainingsangeboten sind die Kernthemen dieses Moduls.

Hinweis zum Lizenzerwerb: Dieses Modul ist verbindlicher Bestandteil der ÜL-C Breitensport Ausbildung (sportartübergreifend) und muss vor dem C-40 Profilmodul Kinder oder Erwachsene belegt werden. Für den Erwerb einer fachsportspezifischen Trainer C-Lizenz beachten Sie bitte die Hinweise des zugehörigen Fachverbandes.

Hinweis zum Format: Dieses Format findet ausschließlich in Präsenz vor Ort im Seminarraum und der Sporthalle statt.

ACHTUNG
Mehrteiliger Lehrgang!
Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	100,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	30 LE zur Ausbildung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

Ausbildung 1 **2/41/2027/01859**

Teil 1:	Samstag, 16.01.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 17.01.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Samstag, 23.01.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 24.01.27, 15.30 Uhr

Ausbildung 2 **2/41/2027/01931**

Teil 1:	Samstag, 28.08.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 29.08.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Samstag, 11.09.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 12.09.27, 15.30 Uhr

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal



SCHWACHSTELLEN ERKENNEN, BEVOR ETWAS PASSIERT.

IT-Sicherheit für Ihr Unternehmen.

Kellerstraße 19
49757 Werlte
info@hoemmen.net
+49 (5951) 728960

Hömmen IT-Systemhaus

„ÜL C-Lizenz DOSB“ C-40 Profilmodul: „Erwachsene bewegen und begleiten“ 2/41/2027/01926

Bewegungserfahrungen und das Erleben der Gruppengemeinschaft sind zentrale Anliegen im Erwachsenensport. Die Leitung von Erwachsenengruppen, Entwicklungsphasen, altersgerechtes Training und die Gestaltung von Übungsstunden werden thematisiert. In der Praxis ermöglichen wir eine Vielfalt an Angeboten zu Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Themen wie Ernährung und Bewegungstrends im Sport spielen ebenso eine Rolle.

Hinweis zum Lizenzerwerb: Ein Profilmodul (C-40 Erwachsene bewegen und begleiten oder C-40 Kinder bewegen und begleiten) ist verbindlicher Bestandteil im Rahmen der ÜL-C Breitensport Ausbildung (sportartübergreifend) und kann erst im Anschluss an C-30 belegt werden.

Hinweis zum Format: Dieses Format findet ausschließlich in Präsenz vor Ort im Seminarraum und der Sporthalle statt.

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	130,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	40 LE zur Ausbildung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

ACHTUNG Mehrteiliger Lehrgang! Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

Ausbildung

Teil 1:	Freitag, 12.02.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 14.02.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Freitag, 26.02.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 28.02.27, 15.30 Uhr

„ÜL C-Lizenz DOSB“ C-40 Profilmodul: „Kinder bewegen und begleiten“ 2/41/2027/02810

Vielfältige Bewegungserfahrungen, tolle Gruppenerlebnisse und eine intensive Bewegungszeit sind zentrale Anliegen im Kindersport. Die Leitung von Kindergruppen, Entwicklungsphasen, altersgerechtes Training und eine kindgerechte Gestaltung von Übungsstunden werden thematisiert. In der Praxis füllen wir den „Bewegungserfahrungs-Schatz“, spielen Spiele, trainieren spielerisch Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer und erproben Trends im Kindersport.

ACHTUNG Mehrteiliger Lehrgang! Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

Hinweis zum Lizenzerwerb: Ein Profilmodul (C-40 Kinder bewegen und begleiten oder C-40 Erwachsene bewegen und begleiten) ist verbindlicher Bestandteil im Rahmen der ÜL-C Breitensport Ausbildung (sportartübergreifend) und kann erst im Anschluss an C-30 belegt werden.

Hinweis zum Format: Dieses Format findet ausschließlich in Präsenz vor Ort im Seminarraum und der Sporthalle statt

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	130,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	40 LE zur Ausbildung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

Ausbildung

Teil 1:	Freitag, 24.09.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 26.09.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Freitag, 08.10.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 10.10.27, 15.30 Uhr



C-50 Flex „Beweglichkeit & Kraft“ 2/41/2027/02805

Beweglichkeit und Kraft sind wichtige Grundlagen für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden. In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen die Teilnehmenden vielfältige Übungen und Methoden kennen, um beide motorischen Fähigkeiten gezielt und abwechslungsreich in Sport- und Bewegungsangebote zu integrieren. Im Mittelpunkt stehen die direkte Anwendbarkeit im Vereinsalltag sowie die Gestaltung attraktiver und effektiver Übungsstunden. Die Fortbildung vermittelt neue Impulse für die Arbeit mit unterschiedlichen Zielgruppen.

Die Fortbildung richtet sich insbesondere an Teilnehmende, die aktuell die ÜL-C Lizenz erwerben und Lehrgangseinheiten für den ÜL-C50-Flexbereich benötigen. Gleichzeitig sind auch bereits aktive Übungsleiterinnen und Übungsleiter (mit und ohne Lizenz) willkommen, die ihr Wissen erweitern und neue Impulse für ihre Vereinsarbeit erhalten möchten.

Referent:	Martin Grützner
Termin:	Samstag, 17.04.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 18.04.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Ausbildung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport



C-50 Flex „Ausdauer & Schnelligkeit“ 2/41/2027/02806

Ausdauer und Schnelligkeit bilden die Basis für viele sportliche Aktivitäten und tragen wesentlich zu Fitness, Belastbarkeit und Bewegungskompetenz bei. In dieser praxisnahen Fortbildung erhalten die Teilnehmenden vielfältige Anregungen, um beide motorischen Fähigkeiten abwechslungsreich und zielgerichtet zu fördern. Im Fokus stehen leicht umsetzbare Übungsformen, kreative Trainingsideen und deren Einsatz in attraktiven Sport- und Bewegungsangeboten. Die Fortbildung liefert praxisrelevante Impulse für die Arbeit mit unterschiedlichen Alters- und Zielgruppen.

Die Fortbildung richtet sich insbesondere an Teilnehmende, die aktuell die ÜL-C Lizenz erwerben und Lehrgangseinheiten für den ÜL-C50-Flexbereich benötigen. Gleichzeitig sind auch bereits aktive Übungsleiterinnen und Übungsleiter (mit und ohne Lizenz) willkommen, die ihr Wissen erweitern und neue Impulse für ihre Vereinsarbeit erhalten möchten.

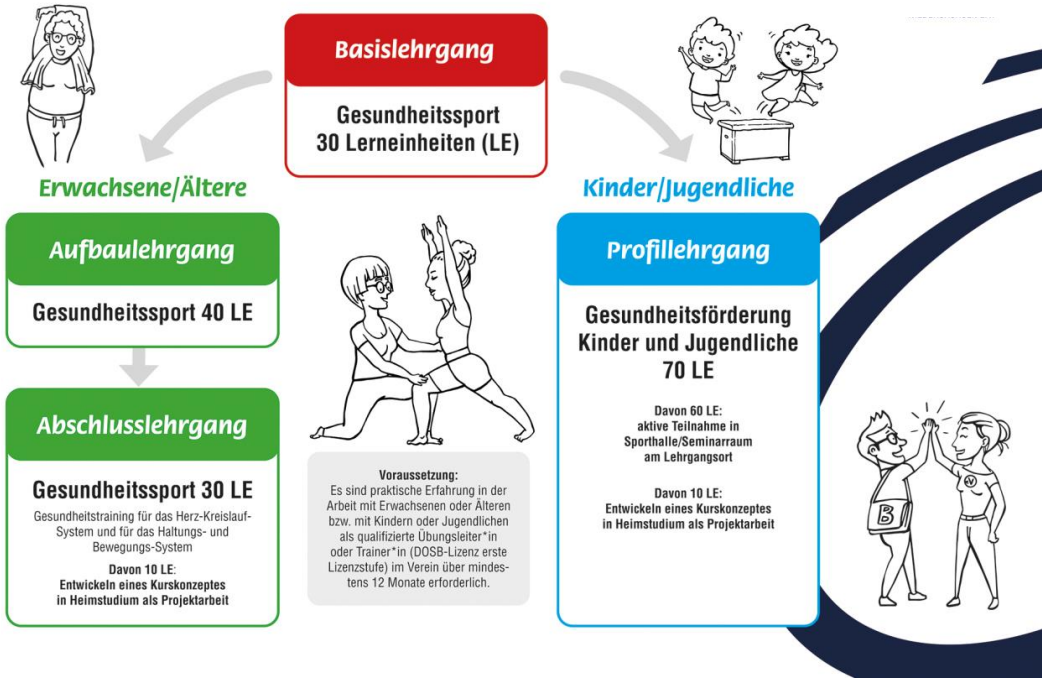
Referent:	Martin Grützner
Termin:	Samstag, 12.06.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 13.06.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Ausbildung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

www.ksb-emsland.de

Informieren - Suchen - Buchen
BildungSportal

Ausbildung ÜL-B „Sport in der Prävention“



Die einzelnen Ausbildungsabschnitte bauen aufeinander auf und müssen in der vorgegebenen Reihenfolge Basislehrgang, Aufbaulehrgang + Abschlusslehrgang im Profil Erwachsene/Ältere und Basislehrgang + Profillehrgang Gesundheitsförderung im Profil Kinder/Jugendliche absolviert werden.

Der Basislehrgang Gesundheitssport bietet für beide Profile mit 30 LE den Einstieg in die 2. Lizenzstufe.

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen
BildungSportal

www.ksb-emsland.de

Allgemeine Informationen:

Die ÜL-B Lizenz berechtigt das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ für bestimmte Masterprogramme zu beantragen und damit von Krankenkassen bezuschusste Angebote im Verein umzusetzen.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung und der Lizenzausstellung:

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Besitz einer gültigen DOSB-Lizenz der 1.Lizenzstufe seit mindestens einem Jahr ÜL C Breitensport / Fachübungsleiter*in C / Trainer*in C
- Mitgliedschaft oder Nachweis einer ÜL-Tätigkeit in einem Sportverein des LandesSportBund Niedersachsen e.V./DOSB

Für den Lizenzerwerb zu erbringende Leistungen:

- Aktive Teilnahme an allen Ausbildungsabschnitten (100 LE)
- Vorbereitungsfragen zum Basis- und Aufbaulehrgang
- Stundenausarbeitung
- Kurs-/Langzeitplanung
- Lehrversuch
- Hospitation in einer Vereinsgruppe
- Gültigkeit der Lizenz: 4 Jahre
- Verlängerung durch Nachweis von 15 LE Fortbildungen



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Ausbildung „ÜL B-Lizenz DOSB“
„Sport in der Prävention“ – Basislehrgang 2/41/2027/01932

Im Basislehrgang werden die Grundkenntnisse aus den Ausbildungen der 1. Lizenzstufe zum gesundheits- und fitnessorientierten Sport aufgearbeitet und vertieft.

Die Übungsleiter sollen befähigt werden, vielseitige und zielgerichtete Bewegungsprogramme in allgemeinen Sportgruppen sowie für spezielle gesundheitsorientierte Vereinsangebote zu entwickeln. Das Angebot kann sich sowohl an die Zielgruppe gesunder Erwachsener als auch an die Zielgruppe von Kindern und Jugendlichen richten. Die Gestaltung gesundheitsorientierter Übungsstunden steht dabei im Mittelpunkt.

Der Basislehrgang Gesundheitssport ist mit dem NTB abgestimmt. Es erfolgt eine gegenseitige Anerkennung der Ausbildungsinhalte.

Basislehrgang Gesundheitssport (30 LE)

2 LE Einstieg und Abschluss
4 LE Gesundheitssport
5 LE Die Gesundheitssportstunde
2 LE Gesundheitssport im Verein
3 LE Körperwahrnehmung
2 LE Koordination
4 LE Herz-Kreislauftraining (Ausdauer)
6 LE Kraft- und Beweglichkeitstraining
2 LE Fördermöglichkeiten im Gesundheitssport

ACHTUNG
Mehrteiliger Lehrgang!
Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

30 LE

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	130,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	30 LE zur Ausbildung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

Vorrausetzung für die Teilnahme ist der Besitz einer gültigen DOSB-Lizenz der 1. Lizenzstufe seit mindestens 12 Monaten. Die Teilnehmenden müssen mindestens 18 Jahre alt sein.

Ausbildung

Teil 1:	Samstag, 24.04.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 25.04.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Samstag, 22.05.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 23.05.27, 15.30 Uhr

Ausbildung „ÜL B-Lizenz DOSB“
„Sport in der Prävention“ – Aufbaulehrgang 2/41/2027/01933

Neben allgemeinen Informationen zum Zusammenhang von Bewegung, Sport und Gesundheit ist im Aufbaulehrgang eine weiterführende Auseinandersetzung mit der Praxis des gesundheitsorientierten Sports vorgesehen. Die Einweisung in die DOSB-Serviceplattform mit ihren Masterprogrammen ist in diesem Lehrgang verankert.

Aufbaulehrgang Gesundheitssport (40 LE)

2 LE Einstieg und Abschluss
2 LE Sportmedizin
3 LE Sport und Ernährung
3 LE Körperwahrnehmung
4 LE Entspannung
4 LE Koordination
8 LE Herz-Kreislauftraining (Ausdauer)
10 LE Kraft- und Beweglichkeitsstraining
2 LE Sportarten auf dem Prüfstand
2 LE Einführung in die Masterprogramme

ACHTUNG
Mehrteiliger Lehrgang!
Alle Teile können nur als Gesamtpaket gebucht werden.

40 LE

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	140,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	40 LE zur Ausbildung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

Ausbildung

Teil 1:	Freitag, 04.06.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 06.06.27, 15.30 Uhr
Teil 2:	Freitag, 18.06.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 20.06.27, 15.30 Uhr

Ausbildung „ÜL B-Lizenz DOSB“
„Sport in der Prävention“ – Abschlusslehrgang 2/41/2027/01935

Im Abschlusslehrgang werden Gesundheitsprogramme zu den Profilen „Gesundheitstraining für das Herz-Kreislauf-System“ und „Gesundheitstraining für das Haltungs- und Bewegungs-System“ vorgestellt und bearbeitet. Den Schwerpunkt dieses Ausbildungsabschnittes bilden umfangreiche Lehrübungen, mit denen die ÜL auf die Umsetzung der DOSB Masterprogramme in ihrem Verein vorbereitet werden.
Ein Teil des Lehrgangs ca. 10 LE wird von den Teilnehmenden als Projektarbeit im Heimstudium durchgeführt (Ausarbeitung einer Übungsstunde, protokollierte Hospitation).

Abschlusslehrgang Gesundheitssport (20 + 10 LE)

2 LE	Einstieg und Abschluss
10 LE	Projektarbeit im Heimstudium (Ausarbeitung Übungsstunde/protokollierte Hospitation)
2 LE	Aufarbeitung der Hospitation
4 LE	Langzeitplanung/Kursorganisation
12 LE	Lehrversuche / Lehrübungen zu den Kurskonzepten

30 LE

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	130,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	30 LE zur Ausbildung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

Ausbildung

Termin: Freitag, 02.07.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 04.07.27, 15.30 Uhr



Der Rücken aus fernöstlicher Sicht — Lehrgangsnummer 27.205

Ziele, Methoden, Inhalte: Diese Fortbildung bietet Einblick in die unterschiedlichen Sichtweisen und Trainingsansätze von Völkern und Kulturen in Bezug auf den Rücken. Im Schwerpunkt stellen wir hier orthopädische Ansätze im Vergleich zur TCM (Traditionelle Chinesische Medizin), Yogapraxis und weitere indigene Sichtweisen. Gelernt wird mit Outdooreinheiten.

Referentin:	Tanja Feyer
Termin:	Freitag, 12.02.27 – Sonntag, 14.02.27
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Anmeldeschluss:	22.01.27
Kosten:	BSN 100,– / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 189,– und Private 347,–
Anerkennung:	15 LE

ÜL-Refresher 2.0 — 2/41/2027/02802

Der „ÜL-Refresher 2.0“ ist ein Fortbildungsangebot zur schnellen und unkomplizierten Verlängerung einer ÜL C Breitensport Lizenz und bietet in 15 Lerneinheiten die Möglichkeit, (Fach)Wissen zu aktualisieren sowie Basiswissen aufzufrischen. Worum geht es beim Training, der Planung von Übungsstunden und was ist relevant bei der Leitung von Sportgruppen? Das sind Themen, die den Wiedereinstieg erleichtern. Die Sportpraxis, z. B. in Form von Trends, kommt dabei nicht zu kurz!

Referentinnen:	Sonja Renemann und Marion Matthäus
Termin:	Samstag, 20.02.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 21.02.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport



Tabata meets Functional Flow
Power. Flow. Energy. – Ein Workout, das fordert, stärkt und begeistert!

5/41/2027/02898

Intensives Intervalltraining trifft auf funktionelles Training und fließende Yoga-Elemente.

HIIT (High Intensity Interval Training) gehört zu den besonders zeiteffizienten Trainingsmethoden, um Ausdauer und Herz-Kreislauf-Fitness zu verbessern. In Kombination mit funktionellem Krafttraining und dynamischen Yoga-Flows entsteht ein ganzheitliches Trainingskonzept, das Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Balance und Koordination gleichermaßen fördert.

Besonders im Vereinssport bietet dieses Konzept viele Möglichkeiten, neue Trainingsreize zu setzen, Abwechslung zu schaffen und durch motivierende Challenges den Teamspirit zu stärken.

Ein großer Vorteil: Jeder trainiert auf seinem Level! Durch unterschiedliche Übungsvarianten können Einsteiger und Fortgeschrittene gemeinsam trainieren und die Intensität individuell anpassen.

Für wen?

Für Übungsleitende, Trainerinnen und Trainer sowie sportlich Interessierte aller Leistungsstufen ohne entgegenstehende gesundheitliche Einschränkungen. Als eigenständiges Workout oder effektive Ergänzung zu nahezu jeder Sportart geeignet.

Ein Training voller Power, Flow und Lebensfreude!

Referentin:	Katharina Korves
Termin:	Samstag, 20.02.27, 09.00 – 16.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	45,– €
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung der ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

LÜSKE
Garten- und Landschaftsbau



Fortbildung für Ältere – „Aktiv und mobil bis ins hohe Alter“ 5/41/2027/02816

Der Lehrgang richtet sich an alle, die Freude daran haben, ältere Menschen für Bewegung zu begeistern und gesundheitsfördernde Sportangebote abwechslungsreich zu gestalten. Es werden viele praxisnahe Anregungen für die Planung und Durchführung von Sportstunden für Seniorinnen und Senioren gegeben.

Inhalte

- Sturzprävention uns sicheres Bewegen im Alter
- Einsatz von Kleingeräten und Alltagsmaterialien
- Spiele und Bewegung zur Förderung der Gemeinschaft
- Rhythmus und Musik im Seniorensport

Anmeldungen und Infos unter Angabe von: Name, Adresse, Geb.-Datum, Verein, E-Mail-adresse und Telefonnummer über das BildungSportal des KSB Emsland, oder an per E-Mail an Kerstin Saathoff unter: saathoff@turnkreis-emsland.de

WICHTIG: Bitte überweisen Sie den Betrag in Höhe von 10,00 Euro bis zum 13.02.2027 auf das untenstehende Konto des Turnkreis Emsland mit der Angabe von „Name-Verein-Lehrgangsnummer“:

IBAN: DE71 2666 0060 1138 5618 00

Es erfolgt kein Einzug!

Referentin:	Susanne Jansmann
Termin:	Samstag, 27.02.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	10,– €
Anerkennung:	5 LE Trainer C Fitness & Gesundheit (Erwachsene & Ältere) 5 LE Trainer C Gymnastik, Rhythmus, Tanz 5 LE ÜL C Kinder/Jugendturnen 5 LE Trainer C Geräteturnen

Praxisseminar „Sport & Nachhaltigkeit“ 5/41/2027/01914

Nachhaltigkeit ist im Sport längst kein Randthema mehr. Ob Trainingsausfälle durch Extremwetter, Hitze auf dem Sportplatz oder Diskriminierung im Sport – die Herausforderungen sind real und betreffen uns alle. Gleichzeitig bietet Nachhaltigkeit Sportvereinen die Chance, sich modern und zukunftsfähig aufzustellen und aktiv zu einer sozial gerechteren und ökologischeren Welt beizutragen.

Dieses Praxisseminar zeigt, wie Sportvereine Nachhaltigkeit konkret umsetzen können. Der Fokus liegt auf interaktiven, sportiven Methoden, die sich flexibel in den Trainingsalltag integrieren lassen. So können sich Sportlerinnen und Sportler spielerisch mit Themen wie Natur- und Umweltschutz, Anti-Diskriminierung, Fairem Konsum und Empowerment auseinandersetzen – und dabei Spaß am Thema entwickeln.

Anknüpfend an die Thematik Sport und Nachhaltigkeit wird zu Beginn des Seminars die Aktion “Fairer Sportverein” von Patrick Vehring (KreisSportBund Emsland e.V.) und Dirk Steinmeyer (Süd Nord Beratung) vorgestellt. Die Teilnehmenden erhalten dabei Einblicke in konkrete Ansätze und Unterstützungsangebote für eine nachhaltige Vereinsentwicklung. Vermittelte Inhalte können somit auch über die Aktion “Fairer Sportverein” langfristig im eigenen Verein verankert und weiterentwickelt werden.

Das Seminar richtet sich an Übungsleiterinnen/Übungsleiter, Trainerinnen/Trainer, Sportpädagoginnen/Sportpädagogen und alle Interessierten.

Das nimmst du mit:

- Praxisnahes Wissen zu sozialer & ökologischer Nachhaltigkeit im Verein – inkl. Argumentationstraining, Best-Practice-Beispiele und Fördermöglichkeiten
- Sportive, niedrigschwellige Methoden für deine Sportgruppe
- Überblick über die Nachhaltigkeitsziele und ihre Vorteile für den Sportverein
- Empowerment, Vernetzung und Handlungsoptionen für eine faire Welt
- Weiterführende Materialien wie Checklisten, Leitfäden und Hintergrundbroschüren

Referenten:	Dr. Malte Sandmann (Eine Welt Promotor: Sport und globale Gerechtigkeit) Lara Schröder (Cum Ratione gGmbH)
Termin:	Samstag, 27.02.27, 09.00 – 16.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	20,– € inkl. Verpflegung und Tagungsgetränke (Kaffee/Tee und Kaltgetränke)
Anerkennung:	8 LE zur Ausbildung (C-50 Flexbereich) und Verlängerung der ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

Koordination gezielt trainieren 2/41/2027/02803

Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleiterinnen, Übungsleiter sowie alle Interessierten, die koordinative Fähigkeiten gezielt in ihren Trainingsalltag einbauen möchten. Im Fokus stehen abwechslungsreiche Übungen, die sich flexibel an unterschiedliche Altersgruppen anpassen lassen – sowohl für Kinder als auch für Erwachsene.

Inhalte der Fortbildung:

- Einführung in die Grundlagen des Koordinationstrainings und dessen Rolle für die allgemeine Fitness
- Spezifische Koordinationsübungen für unterschiedliche Altersgruppen
- Praktische Anwendung zur Verbesserung von Gleichgewicht, Reaktionsvermögen und Orientierung im Raum
- Kreative Gestaltung koordinativer Übungseinheiten für Gruppen
- Praktische Hinweise zur Einbindung von Koordinationsübungen in bestehende Trainingskonzepte

Referentin:	Marion Böttick
Termin:	Samstag, 06.03.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	20,– €
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal

www.ksb-emsland.de



GOLDSCHMIDT DRUCK UND MEDIEN

Alte Ziegelei 2 | 49757 Werlte
Fon 05951 9550-0

info@goldschmidt-druck.de
www.goldschmidt-druck.de

Füße gut, alles gut? – Der Einfluss unserer Füße auf Gesundheit, Mobilität und Lebensqualität 5/41/2027/02896

Unsere Füße tragen uns ein Leben lang und doch werden sie im Alltag oft vernachlässigt. In diesem Lehrgang erfahren Sie, wie entscheidend gesunde Füße für unser gesamtes Wohlbefinden sind.

Wir beleuchten die anatomischen Grundlagen, zeigen häufige Fehlstellungen und deren Auswirkungen auf den gesamten Bewegungsapparat.

Ob für Alltag, Beruf oder Sport – wer seine Füße besser versteht, gewinnt an Stabilität, Mobilität und Lebensqualität.

Referent:	Dr. rer. medic. Arne Nagel
Termin:	Freitag, 12.03.27, 17.00 – 20.30 Uhr
Ort:	Papenburg, Sanitätshaus und Orthopädietechnik Kramer
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	4 LE zur Verlängerung der ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



Prüfberechtigung „Das Deutsche Sportabzeichen“ für Menschen mit Behinderung 5/41/2027/02330

Die Fortbildung erlaubt den Teilnehmern das Deutsche Sportabzeichen auch für Menschen mit Behinderung abzunehmen. Voraussetzung ist die Prüfberechtigung für das Deutsche Sportabzeichen. Neben den Grundlagen der Prüfung bei Menschen mit Behinderung liegt der Fokus des Tages auf Infos über Behinderungsklassen, Handhabung der Behinderungen, leichtathletische Prüfungen und einer Praxiseinheit.

Referent:	Kersten Wick
Termin:	Samstag, 13.03.27, 10.00 – 17.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten	Die Fortbildung ist kostenfrei (inkl. Verpflegung) und erfolgt in Kooperation mit dem Projekt InduS.
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

Ganzkörpertraining – Elemente aus Fitnesstraining, Yoga und Entspannung 2/41/2027/02804

In dieser Fortbildung geht es darum, unser Wissen rund um das Training zu bündeln und mit dem Bewusstsein für den eigenen Körper (Geist und Seele) einzusetzen.

Es geht hier nicht um das „schneller … höher … weiter …“.

Es geht darum, Bewusstsein für die Bewegungen und Bewegungsabläufe zu entwickeln, es geht um das Erspüren und Wahrnehmen von Körper und Muskulatur im Training, es geht, um die Atmung und den eigenen Körper noch besser kennenzulernen, mit dem Ziel, das eigene Wohlbefinden zu steigern und dieses Wissen in unsere Trainingsstunden einfließen zu lassen und an unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer weiterzugeben.

Es erwartet dich ein abwechslungsreicher Mix aus Theorie und Praxis, von Übungen aus dem Fitnesstraining, Yoga und Entspannungstraining.

Referentin:	Kerstin Schlimme
Termin:	Samstag, 13.03.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 14.03.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

„Autismus-Spektrum-Störung“ (ASS) – Ursachen, Erscheinungsformen, Auswirkungen 5/41/2027/02324

In dieser Veranstaltung wollen wir über das Thema „Autismus – Spektrum“ ins Gespräch kommen. Fachleute der ambulanten Autismustherapie (AutLuk) aus Papenburg klären auf und stehen für Fragen zu Ursachen, Erscheinungsformen, Symptomen und Auswirkungen zur Verfügung. Über praktische Beispiele oder/und konkrete Situationen und Fragen, die die Teilnehmer aus ihren Berührungspunkten mit dem Thema schildern, wollen wir uns interaktiv und lösungsorientiert austauschen.

Die Veranstaltung richtet sich insbesondere an alle Übungsleiter*innen von inklusiven Sportgruppen. Ebenso sind alle Interessierten herzlich willkommen.

Haben Sie konkrete Fragen, Beispiele oder Wünsche zu dem Thema Autismus-Spektrum, auf die wir in der Fortbildung eingehen sollen? Dann senden Sie uns vorab eine kurze Info an: kontakt@indus-emsland.de.

Referent:	Hans-Dieter Niehaus (AutLuk)
Termin:	Mittwoch, 17.03.27, 18.00 – 21.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten	kostenfrei
Anerkennung:	4 LE zur Verlängerung der DBS C-Lizenz Breiten-/Behindertensport

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal

www.ksb-emsland.de

Ringen und Raufen 2/41/2027/02886

Gemeinsame Fortbildung für Übungsleitende aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen sowie für Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter*innen und Erzieher*innen niedersächsischer Einrichtungen.

In diesem LQZ betrachten wir das Thema „Ringen und Raufen“ in Schulen und Vereinen mit allen Altersklassen. Es werden einige theoretische Grundlagen besprochen. Das Hauptaugenmerk liegt jedoch auf verschiedenen Spiel- und Übungsformen, für das Kämpfen Gegen- und Miteinander und der Vermittlung von Techniken. Dazu werden Kampfsportarten betrachtet, die weniger Komplexität als herkömmliche Kampfsportarten wie Judo oder Karate aufweisen und sich damit gut für Schule und Verein eignen.

Referent:	Dimitrij Gaas
Termin:	Samstag, 10.04.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

„Einsteigerschein (E-Schein) im Trampolinturnen“ 5/41/2027/02817

Die E-Schein-Ausbildung vermittelt folgende Inhalte:

- Sicherer Auf- und Abbau von Trampolinen
- Tuchgewöhnungsübungen
- Spielformen
- Allgemeine Erwärmung
- Verschiedene Fußsprünge und Landungen
- Sicherheitsbestimmungen
- Grundtechniken der Hilfestellung
- Einführung in das Minitrampolin und psychomotorische Förderung
- Rhythmus und Musik im Seniorensport

Interesse geweckt? Dann wagt euch an neue Herausforderungen!

Zielgruppe: Übungsleitende im Freizeit- und Breitensport, Erzieher, Lehrer, Therapeuten und weitere Mitarbeitende sozialer Einrichtungen

Voraussetzungen: Eine allgemeine sportliche Ausrichtung, Erfahrung auf dem Trampolin ist NICHT erforderlich, Mindestalter 14 Jahre

Anmeldungen und Infos unter Angabe von: Name, Adresse, Geb.-Datum, Verein bzw. ggf. Einrichtung, E-Mailadresse und Telefonnummer über das BildungSportal des KSB Emsland, oder an per E-Mail an Kerstin Saathoff unter: saathoff@turnkreis-emsland.de

Meldeschluss: 04.04.2027

WICHTIG: Bitte überweisen Sie den Teilnahmebetrag bis zum 04.04.2027 auf das untenstehende Konto des Turnkreis Emsland mit der Angabe von “Name-Verein-Lehrgangsnummer”:

IBAN: DE71 2666 0060 1138 5618 00

Es erfolgt kein Einzug!

Referent:	Hans Jansen
Termine:	Samstag, 17.04.27, 09.00 – 16.30 Uhr Sonntag, 18.04.27, 09.00 – 16.30 Uhr
Ort:	Lingen, Turnhalle Friedensschule
Kosten:	50,– € für NTB-Mitglieder 100,– € für Nicht-NTB-Mitglieder
Anerkennung:	8 LE ÜL-C Breitensport Kinderturnen, Freizeitsport Jugendliche und vergleichbare Lizenzen

Feldenkrais: Bewusstheit durch Bewegung Lehrgangsnummer 27.219

Ziele, Methoden, Inhalte: Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Die von Moshe´Feldenkrais entwickelte Körperarbeit unterstützt das Wahrnehmen der eigenen Bewegungen. Gewohnte Bewegungs- und Handlungsmuster werden erkannt, Bewegungsvariationen ausprobiert und neue Möglichkeiten entdeckt. Achtsame Bewegungen, zumeist im Liegen ausgeführt, langsam und ohne Kraftaufwand. Dadurch werden Verspannungen sowie Schmerzen in den unterschiedlichsten Körperregionen, z.B. im Rücken- und Schulter-Nackenbereich, positiv beeinflusst. Eine aufrechte Körperhaltung sowie eine freie Atmung durch größere Geschmeidigkeit des Brustkorbs steigern das Potential an Beweglichkeit, Lebendigkeit und Präsenz.

Leitung: Christel Aepler

Referentin:	Christel Aepler
Termin:	Freitag, 23.04.27 – Sonntag, 25.04.27
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Anmeldeschluss:	02.04.27
Kosten:	BSN 100,– / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 189,– und Private 347,–
Anerkennung:	15 LE

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal

www.ksb-emsland.de

Sicher und sensitiv! – Schutz vor sexualisierter Gewalt im inklusiven Sport

5/41/2027/02328

Wie gelingt ein Sportangebot, in dem sich alle Menschen sicher, respektiert und geschützt fühlen? Genau dieser Frage widmet sich unsere Fortbildung „Sicher und sensitiv! – Schutz vor sexualisierter Gewalt im inklusiven Sport“.

Gemeinsam schauen wir darauf, wie Prävention im Trainingsalltag gelingen kann und welche besondere Verantwortung Übungsleiter*innen im inklusiven Sport tragen. Dabei nehmen wir sowohl die Perspektive der Sportler*innen als auch die der Übungsleiter*innen in den Blick und beleuchten die besonderen Herausforderungen und Chancen des inklusiven Sports.

Fachliche Informationen werden durch Beispiele aus der Praxis ergänzt und bieten Raum für den Austausch sowie für individuelle Fragen der Teilnehmenden. Anhand konkreter Situationen aus dem Sportalltag setzen wir uns mit den Themen Nähe, Distanz und Grenzüberschreitungen auseinander und entwickeln Handlungsmöglichkeiten für ein sicheres und wertschätzendes Miteinander.

Referentin:	Dr. Julia Siebert
Termin:	Montag, 10.05.27, 18.30 – 21.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten	kostenfrei
Anerkennung:	4 LE zur Verlängerung der DBS C-Lizenz Breiten-Behindertensport 4 LE zur Verlängerung NFV C-Lizenz Fußball 4 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

www.ksb-emsland.de

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal



Trendsportlehrgang Bouldern 1/41/2027/02882

Bouldern ist seilfreies Klettern in Absprunghöhe. Bouldern kann man aber nicht nur an Felsblöcken, sondern auch indoor an künstlichen Wänden und Griffen. Gemeinsam erproben wir die Sportart in der Fingerfood-Boulderhalle in Lingen. Im Lehrgang erhältst du einen Einstieg in die Sportart und bekommst erste Techniken vermittelt. Du lernst, wie du dich kletterspezifisch aufwärmen kannst, Wesentliches zum Verhalten in der Boulderhalle und das richtige Absprungverhalten bei Stürzen. Praktische Übungen und leichtes Bouldern sind dabei ein wesentlicher Bestandteil, um die theoretischen Inhalte verständlich zu machen. Auch Tipps und Tricks sowie Spiele für Gruppen stehen auf dem Programm.

Referent:	Referententeam Boulderhalle Fingerfood
Termin:	Samstag, 22.05.27, 10.00 Uhr –14.30 Uhr
Ort:	Lingen, Boulderhalle Fingerfood
Kosten:	20,– €
Anerkennung:	5 LE Juleica



Starke Teams – Fairer Sport: Workshop zur Mobbingprävention 2/41/2027/02881

Gemeinsame Fortbildung für Übungsleitende aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen sowie für Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter*innen und Erzieher*innen niedersächsischer Einrichtungen.

Ein respektvolles Miteinander ist die Grundlage für Motivation, Teamgeist und langfristigen Erfolg im Sport. Doch Ausgrenzung, Konflikte und Mobbing können genau das gefährden – oft unbemerkt und mit weitreichenden Folgen.

Dieser praxisorientierte LQZ richtet sich gezielt an Trainer, Übungsleiter und Verantwortliche in Sportvereinen und Gruppen. Gemeinsam entwickeln wir ein Bewusstsein für Mobbingdynamiken und erarbeiten konkrete Strategien, um frühzeitig gegenzusteuern.

Das erwartet Sie:

- Grundlagenwissen zu Mobbing im Sportkontext
- Erkennen von Warnsignalen und Risikofaktoren
- Handlungssicherheit im Umgang mit Konflikten
- Präventive Maßnahmen für ein starkes Teamklima
- Interaktive Übungen und praxisnahe Fallbeispiele

Ihr Nutzen:

Sie stärken nicht nur Ihre eigene Handlungskompetenz, sondern schaffen aktiv eine positive, sichere und wertschätzende Atmosphäre in Ihrem Team bzw. Ihrer Gruppe.

Referentin:	Simon Gottschling
Termin:	Samstag, 29.05.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport



Umgang mit mentalen Krisen bei Kindern und Jugendlichen

1/41/2027/02888

In dieser Fortbildung lernen Übungsleitende und Jugendleiter*innen, wie Sie mit ersten Anzeichen von mentalen Problemen bei Kindern und Jugendlichen umgehen können. Dabei dürfen gerne konkrete Beispiele aus dem Trainingsalltag im vertrauensvollen Rahmen besprochen werden. Die Fortbildung vereint Theorie und Praxis zum Thema Mentale Gesundheit.

Referent:	Referententeam Sportschule Emsland
Termin:	Samstag, 05.06.27, 09.00 Uhr –17.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	15,– €
Anerkennung:	8 LE für die Verlängerung der ÜL-C und 10 LE JuLeiCa

Hand und Fuß, Kopf und Sinne

Lehrgangsnummer 27.222

Ziele, Methoden, Inhalte: Täglich nutzen wir sie von morgens bis abends. Sie unterliegen einer hohen Belastung und bieten reichlich Gelegenheit für Verletzungen. Wir haben allen Grund, sie zu pflegen, zu Kräftigen und beweglich zu halten. Die Hände und Füße aus unterschiedlichen Sichtweisen heraus zu fördern, bietet sinnvolle Leistungsfähigkeit und jede Menge Wohlbefinden.

Gesicht und Kopf tragen wir immer offen, hier befinden sich so viele Sinne und Muskeln. Wie beeinflussen mich diese Faktoren im täglichen Bewegungsmuster? Auch in Outdooreinheitenwerden wird dies erfahren.

Referentin:	Tanja Feyer
Termin:	Freitag, 11.06.27 – Sonntag, 13.06.27
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Anmeldeschluss:	21.05.27
Kosten:	BSN 100,– / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 189,– und Private 347,–
Anerkennung:	15 LE



lumosa

ZEIGT EUCH IM BESTEN LICHT.

Maximale Sicht. Maximale Performance. Maximale Emotion. Ob Stadion oder Sportplatz – unser innovatives LED-Flutlicht sorgt für perfekte Ausleuchtung in jedem Winkel. Machen Sie Ihr Spielfeld zur perfekten Bühne!

JETZT ANGEBOT ANFORDERN!

Lumosa GmbH
info@lumosa.de
+49 (0) 7221 4052
sportplatzbeleuchtung.de

Starke Kinder durch Kinderyoga und Resilienztraining

2/41/2027/02876

Gemeinsame Fortbildung für Übungsleitende aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen sowie für Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter*innen und Erzieher*innen niedersächsischer Einrichtungen.

Kinderyoga ist bereits der erste, wichtige Schritt zu mehr Selbstliebe und Leichtigkeit. Die Kinder dürfen kreativ sein und die Yogastunde aktiv mitgestalten. Das führt zu mehr Selbstbewusstsein und Selbstliebe. Liebe ich mich selbst, bin ich resilient gegenüber Meinungen, die mir nicht gut tun. Kinderyoga enthält Achtsamkeitsübungen, dadurch nehmen sie sich selbst und das Umfeld besser wahr. Über die Entspannungen wird zudem der Stress abgebaut.

Resilienz ist die seelische Widerstandsfähigkeit. Es bedeutet schwierige Lebenssituationen ohne dauerhafte Schäden zu überstehen. Im Mittelpunkt des Trainings mit Kindern steht die Stärkung der Selbstliebe, mutiges und selbstsicheres Auftreten und das Setzen von klaren Grenzen. Die Lerninhalte werden vermittelt aus einem Mix bestehend aus Gesprächsinhalten, Rollen- und Bewegungsspielen. Bei körperlicher Betätigung wird das Gehirn optimal mit Sauerstoff versorgt. Dadurch können die wichtigen Inhalte besser verarbeitet und nachhaltiger aufgenommen werden.

Dieser Lokale Qualitätszirkel wird aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen gefördert.

Referentin:	Julia Augustin
Termin:	Samstag, 26.06.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport



VM-C Wahlmodul: Finanzmanagement im Sportverein (blended learning) 4/41/2027/02824

Der richtige Umgang mit den Finanzen des Sportvereins ist eine zentrale Voraussetzung für eine erfolgreiche Vereinsarbeit.

Die Verantwortung für eine ausgewogene Haushaltslage und den korrekten Umgang mit den Vereinsgeldern liegt bei der für Finanzen zuständigen Person. Diese Funktion nimmt im Verein eine Schlüsselrolle ein. Praxisbezogene Kenntnisse des Finanzmanagements sind hierbei unverzichtbar.

In diesem Lehrgang erlangen die Teilnehmenden das notwendige Grundlagenwissen und erfahren, worauf es bei den Vereinsfinanzen ankommt. Sie erlangen die Kompetenz, Ihren Verein finanziell gut aufzustellen und Ihre Mitglieder fundiert zu informieren.

Inhalte

- Finanzmanagement im Sportverein (Wirtschaftlichkeit, Rechnungswesen)
- Kassenprüfung und Rechenschaftsbericht (Kassenprüfung, Rechenschaftsbericht des Vorstandes)
- Kostenrechnung und Beitragsgestaltung (Kostenrechnung im Sportverein, verursachungsgerechte Beitragsgestaltung)

Referent:	Dipl.-Wirtsch.-Ing. Dietmar Fischer
Termine:	Dienstag, 31.08.27, 19.00 – 19.45 Uhr (Kick-Off: online über Zoom) Dienstag, 31.08.27 – Freitag, 24.09.27, (Online-Phase: asynchron online über die Lernplattform) Samstag, 25.09.27, 09.00 – 16.30 Uhr (Präsenztag)
Ort:	blended-learning Sögel, Sportschule Emsland (Präsenztag)
Kosten:	100,– € inkl. Verpflegung (Präsenztag)
Anerkennung:	15 LE zur Ausbildung VM-C

Nordic Walking – „Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung“ 2/41/2027/02807

Nordic Walking ist eine spezielle Art des sportlichen Wanderns und gehört zu den Ausdauersportarten. Gegenüber dem Walking hat es den Vorteil, dass der Kalorienverbrauch durch den Stockeinsatz um 20 Prozent gesteigert wird. Experten empfehlen ein Training von zwei bis drei Mal die Woche über 30 bis 45 Minuten im ganz niedrigen Belastungsbereich, um die Grundlagenausdauer und damit Herz und Kreislauf am besten zu stärken. Diese Bewegungsart bietet sich besonders für Menschen mit leichteren Gelenkbeschwerden an. Durch den Einsatz der Stöcke wird zum einen die Muskulatur des Oberkörpers mittrainiert und zum anderen Fußgelenke, Knie und Hüfte um rund 30 Prozent entlastet. Durch die niedrige Belastung und die gute Dosierbarkeit ist es besonders zur Gewichtsreduktion bei übergewichtigen Menschen geeignet, da die Gelenke geschont werden.

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.

Referentin:	Marion Matthäus
Termin:	Samstag, 04.09.27, 09.00 – 16.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	35,– € inkl. Verpflegung
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



Rücken 5.0 - Aktives Wirbelsäulentraining 2/41/2027/02808

„Rücken“ - das Dauerthema in den letzten 30 Jahren. Aber warum nur?
Weil viele Darstellungen und Übungen an den physiologischen Gegebenheiten der Bandscheibe, der Rumpfmuskulatur sowie des Bewegungslernens vorbei gehen.
In diesem praxisorientierten Seminar werden die anatomische und physiologische Grundlagen der Wirbelsäule vermittelt, die spezifische und funktionelle Belastbarkeit der Wirbelsäule dargestellt sowie ein spezifisches Trainingsprogramm vorgestellt und erprobt.

Inhalte

- Anatomie und Physiologie von Wirbelsäule und Bandscheibe
- Pathophysiologie
- Forderung an sinnvolles Rücken- bzw. Wirbelsäulentraining
- Der „Gelenk-für-Gelenk-Ansatz“
- Mobilitäts-, Stabilitäts-, Rotations- und Dynamiktraining

Referent:	Martin Grützner
Termin:	Freitag, 17.09.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 19.09.27, 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	70,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	20 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal

www.ksb-emsland.de

Hoppel und Bürstes Mini-Sportabzeichen und der spannende Heimweg 2/41/2027/02879

Gemeinsame Fortbildung für Übungsleitende aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen sowie für Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter*innen und Erzieher*innen niedersächsischer Einrichtungen.

Das Mini-Sportabzeichen erfreut sich großer Beliebtheit in Kitas und Sportvereinen. Das niederschwellige Bewegungsangebot bietet eine hervorragende Möglichkeit, Kinder frühzeitig für Bewegung zu begeistern. Gerade bei begrenzten Räumlichkeiten und eingeschränkten Materialressourcen sind kreative Ideen gefragt.

In dieser Fortbildung erleben die Teilnehmenden, wie mit wenig Material und auf kleinstem Raum spannende Bewegungslandschaften entstehen. Gemeinsam mit den Figuren Hoppel und Bürste wird Bewegung zu einem abwechslungsreichen Abenteuer für die Jüngsten.

Die Stationen des Mini-Sportabzeichens werden praktisch erprobt und verschiedene Variationsmöglichkeiten für den Innen- und Außenbereich vorgestellt. Darüber hinaus werden Kooperationsmöglichkeiten zwischen Kindertageseinrichtungen und Sportvereinen aufgezeigt sowie konkrete Wege zur erfolgreichen Umsetzung in der Praxis erläutert.

Referentin:	Celina Kreye
Termin:	Samstag, 18.09.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport



Aktiv 70plus – Hockergymnastik 2/41/2027/02811

Bewegung kennt kein Alter! In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen Übungsleiter*innen und Trainer*innen, wie sie mit einfachen Mitteln – dem Hocker und Alltagsmaterialien – abwechslungsreiche, sichere und motivierende Bewegungsstunden für ältere Menschen gestalten können.

Der Fortbildung vermittelt kreative Übungsformen zur Förderung von Mobilität, Gleichgewicht, Koordination und Kraft – immer angepasst an die individuellen Möglichkeiten der Teilnehmenden. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Mittelpunkt.

Ob im Sportverein, in Seniorengruppen oder in der Gesundheitsförderung: Mit der Hockergymnastik lassen sich auch weniger mobile Menschen aktiv in Bewegung bringen und langfristig für regelmäßiges Training begeistern.

Referentin:	Frauke Ohmes
Termin:	Samstag, 25.09.27, 09.00 – 13.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	20,– €
Anerkennung:	5 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



Gastgeber mit Tradition und Leidenschaft.



Tagen und Feiern mit Aussicht

Ob Meeting, Seminar, Firmenevent oder Ihre private Feier - bei uns tagen und feiern Sie in modernen Räumen mit Blick ins Grüne, am Wasser - mitten in der Natur. Wir schaffen den passenden Rahmen für Ihre Veranstaltung - professionell, persönlich und mit erstklassiger Gastfreundschaft.

WEITERE INFOS:
www.hotel-am-wasserfall.de

Hotel
• Am Wasserfall •

Functional- & Sling-Training – Dein Einstieg in ein vielseitiges Ganzkörpertraining 2/41/2027/02813

Starte durch mit zwei der effektivsten Trainingsmethoden unserer Zeit: Functional-Training und Sling-Training! In dieser Fortbildung erhältst du nicht nur die Grundlagen, sondern auch das nötige Know-how, um Training gezielt, abwechslungsreich und leistungssteigernd einzusetzen.

Ob im Leistungssport, in der Rehabilitation oder im Breitensport – die Kombination aus funktionellen Übungen und Sling-Training eröffnet dir unzählige Möglichkeiten. Du lernst, alltägliche Bewegungsmuster zu verbessern, die Rumpf- und Tiefenmuskulatur gezielt zu aktivieren und das Training individuell an jedes Leistungsniveau anzupassen.

Mit praktischen Übungen und direkt umsetzbaren Trainingsideen gewinnst du wertvolles Wissen für den eigenen sportlichen Erfolg oder für die Arbeit mit Gruppen und Einzelpersonen.

Perfekt für Übungsleiter:innen, Trainer:innen, Sportbegeisterte und Therapeut:innen, die ihr Repertoire erweitern und ihre Teilnehmenden auf das nächste Level bringen möchten.

Referentin:	Marion Böttick
Termin:	Samstag, 02.10.27, 09.00 – 16.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	35,– € inkl. Verpflegung
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



GEHRING & PARTNER MBB
Wirtschaftsprüfer · vereidigter Buchprüfer
Steuerberater · Rechtsanwälte

Gemeinsam an die Spitze – Beratung, die bewegt

» Unsere Kanzlei, bestehend aus erfahrenen Wirtschaftsprüfern, Steuerberatern und Rechtsanwälten, bietet an den Standorten Lingen (Ems) und Papenburg erstklassige Beratung. Dank der Kombination aus tiefgehender Expertise und spezialisierter Fachkenntnis begleiten wir unsere Mandanten auf ihrem Weg zum Erfolg – sowohl in der Region als auch darüber hinaus.

Bei uns im Team steht Zusammenarbeit im Mittelpunkt. Mit Firmenfitness und der Teilnahme an sportlichen Veranstaltungen fördern wir nicht nur die Gesundheit unserer Mitarbeiter, sondern auch den gemeinsamen Aufstieg und Teamgeist. Denn Erfolg entsteht durch Engagement – im Beruf wie im Sport.

Lust auf das Plus an Teamgeist?
Hier gehts zu den Jobs:

TikTok

Bewegungs- und Haltungsanalyse in der Praxis – Ursachen für Gelenk- und Muskelprobleme 5/41/2027/02897

Die Bewegungs- und Haltungsanalyse betrachtet den gesamten Körper, um Ursachen für Gelenk- und Muskelprobleme zu erkennen. Die Ergebnisse fließen in ein individuelles Lösungskonzept ein, das neben einer optimalen orthopädischen Einlagenversorgung und (Lauf-)Schuhempfehlung vor allem ein individuelles Trainingsprogramm mit Kräftigungs-, Koordinations- und Dehnungsübungen enthält. Im Theorieteil werden die Bewegungsanalyse auf dem Laufband, die Haltungsanalyse mit 3D-Rückenscanner und die Fußdruckmessung dargestellt. Im Praxisteil wird eine Analyse durchgeführt.

Referent:	Dr. rer. medic. Arne Nagel
Termin:	Freitag, 08.10.27, 17.00 – 20.30 Uhr
Ort:	Papenburg, Sanitätshaus und Orthopädietechnik Kramer
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	4 LE zur Verlängerung der ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



InduS KREISSPORTBUND Emsland
Inklusion durch Sport im Emsland

Projektpartner:

InduS –
Inklusion durch Sport im Emsland

InduS fördert ein gemeinsames Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung in emsländischen Sportvereinen.

Sie möchten mehr erfahren? Kontaktieren Sie mich gern:

Schlaunallee 11a
49751 Sögel
Tel.: 05952 940 –157
Mail: kontakt@indus-emsland.de

direkt zum Projektfilm

www.indus-emsland.de

„Gemeinsam in Bewegung“ – Inklusive Spiele und Übungen gestalten 2/41/2027/02329

In diesem Lehrgang dreht sich alles um die Frage: Wie können wir Übungen und Spiele so gestalten, dass möglichst alle Kinder aktiv dabei sein können?

Anhand vieler praktischer Beispiele werden bekannte Spiele und Bewegungsaufgaben gemeinsam ausprobiert und angepasst. Dabei geht es um einfache Veränderungen bei Regeln, Material, Raum, Tempo und Schwierigkeitsgrad, sodass Kinder mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen gemeinsam teilnehmen können.

Neben der praktischen Umsetzung werden auch Situationen aufgegriffen, in denen Kinder überfordert sind, sich zurückziehen oder herausforderndes Verhalten zeigen. Die Teilnehmenden lernen einfache Möglichkeiten kennen, darauf flexibel zu reagieren und allen Kindern positive Bewegungserfahrungen zu ermöglichen.

Referentin:	Dr. Christiane Bohn
Termin:	Samstag, 09.10.27, 09.00 – 17.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	kostenfrei
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung der ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport sowie für die Lizenzen ÜL C Breiten/Behindertensport, ÜL B Geistige Beeinträchtigung und ÜL B Psychiatrie, NFV C-Lizenz Fußball



Regeneration als (Trainings-)Kompetenz
Stress raus. Energie rein. –
Regeneration kann man lernen! 5/41/2027/02899

Im Leistungssport hat man längst erkannt: Regeneration ist kein optionaler Zusatz, sondern ein grundlegender Bestandteil eines erfolgreichen Trainings. Denn wer Leistung bringen will, braucht Energie. Und wer langfristig leistungsfähig bleiben möchte, muss auch regenerieren können.

Ob Fußball, Tennis, Turnen, Fitness- oder Ausdauertraining – Regeneration ist für jede Sportart ein echter Gamechanger. Je besser es gelingt, nach körperlicher und mentaler Belastung wieder aufzutanken, desto besser können Trainingsreize verarbeitet, Leistungsfähigkeit entwickelt und Überlastungen vermieden werden.

Doch Regeneration ist nicht nur im Sport entscheidend. Auch im oft stressigen Alltag ist die Fähigkeit, bewusst herunterzufahren, Anspannung zu lösen und neue Energie zu gewinnen, von unschätzbarem Wert.

Die gute Nachricht: Regenerationsfähigkeit lässt sich gezielt trainieren!

Dieser Workshop verbindet verständliches Hintergrundwissen mit wirkungsvollen Praxiselementen aus Yoga, Atemarbeit, Entspannungslehre, Mobility und Embodiment. Die Teilnehmenden erleben unterschiedliche Regenerationstools am eigenen Körper und erhalten wertvolle Impulse für die direkte Umsetzung im Training und Alltag.

Für wen?

Für Übungsleitende, Trainerinnen und Trainer sowie Sporttreibende aller Sportarten und Leistungsniveaus. Ebenso für Menschen, die Alltagsstress reduzieren, ihre Entspannungsfähigkeit stärken und bewusster mit ihren Energieressourcen umgehen möchten.

Denn echte Leistungsfähigkeit bedeutet nicht, immer Vollgas zu geben, sondern auch zu wissen, wie man neue Energie gewinnt!

Referentin:	Katharina Korves
Termin:	Samstag, 09.10.27, 09.00 – 16.00 Uhr
Ort:	Geeste-Dalum, Sport- und Jugendtreff
Kosten:	45,– €
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung der ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

Erlebnispädagogische Aktionen und Outdoorklettern 1/41/2026/02180

Der Kurs Erlebnispädagogische Aktionen und Outdoorklettern richtet sich an alle, die bereits einen Toprope Kletterschein besitzen und ihre ersten Erfahrungen vertiefen möchten.

Inhalte:

- Seilaufbauten
- Abenteuerlandschaften
- Mohawk Walk
- Kistenklettern
- Auffrischen von Knoten- und Sicherungstechniken
- Verbesserung der Klettertechnik und Sicherungstechniken
- optimaler Materialeinsatz im Freien und in der Halle sind die Themen des Wochenendes.

Referent:	Referententeam Sportjugend Emsland
Termin:	Freitag, 15.10.27, 18.00 Uhr – Sonntag, 17.10.27, 12.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	80,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	11 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport
Profil:	Kinder/Jugendliche/Juleica



Laufen als gesunder Ausdauersport 2.0 – Trainingsplanung, Bewegungsanalyse und Sportmedizin für gesundes und erfolgreiches Laufen 2/41/2027/02710

Laufen zählt zu den beliebtesten Ausdauersportarten und leistet einen wichtigen Beitrag zu Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden. Wer langfristig gesund und leistungsfähig laufen möchte, benötigt jedoch mehr als nur regelmäßiges Training. Kenntnisse über Trainingssteuerung, Lauftechnik, Belastungsmanagement und die Funktionsweise des eigenen Körpers helfen dabei, Verletzungen vorzubeugen und das persönliche Potenzial optimal auszuschöpfen.

Diese Fortbildung verbindet aktuelle Erkenntnisse aus Trainingswissenschaft, Bewegungsanalyse und Sportmedizin mit zahlreichen praktischen Einheiten. Unter der Leitung von Dr. Julian Schröer (Gesundheitswissenschaftler | Sportökonom) werden die Grundlagen eines gesundheitsorientierten Lauftrainings vermittelt und in der Praxis erprobt. Schwerpunkte bilden dabei der sinnvolle Trainingsaufbau, die Trainingsplanung sowie die Gestaltung und Steuerung von Laufeinheiten für unterschiedliche Zielgruppen.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf den Themen Bewegungsanalytik, Biomechanik, Anatomie und Sportverletzungen. Diese Inhalte werden von Dr. Arne Nagel (Kompetenzzentrum Kramer) vertiefend behandelt. Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in die Analyse von Laufbewegungen, biomechanische Zusammenhänge sowie typische Belastungs- und Verletzungsmuster im Laufsport. Ziel ist es, Bewegungsabläufe besser zu verstehen, Fehlbelastungen frühzeitig zu erkennen und gesundheitsfördernde Trainingsmaßnahmen abzuleiten.

Themenauswahl:

- Grundlagen des gesundheitsorientierten Ausdauertrainings
- Trainingsaufbau und Trainingsplanung in Theorie und Praxis
- Belastungssteuerung über Herzfrequenz und Trainingszonen
- Bewegungsanalytik und Optimierung des Laufstils
- Biomechanische Grundlagen des Laufens
- Anatomische Grundlagen für Läuferinnen und Läufer
- Sport- und Laufverletzungen: Ursachen, Prävention und Behandlungsmöglichkeiten
- Gesundheitsorientierte Leistungsentwicklung im Ausdauersport und praxisnahe Trainingseinheiten

Voraussetzung:

Eine Grundlagenausdauer von mindestens 30 Minuten kontinuierlichem Laufen sollte vorhanden sein.

Referenten:	Dr. rer. med Julian Schröer und Dr. rer. medic. Arne Nagel
Termin:	Freitag, 05.11.27, 17.00 Uhr – Sonntag, 07.11.27, 13.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	70,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	20 LE zur Verlängerung ÜL C-Lizenz DOSB Breitensport







GPS KREISSPORTBUND Emsland
Gesundheit, Prävention und Sport im Emsland

Möchte Ihr Verein Teil des GPS Projekts werden?
Haben Sie weitere Fragen, Anregungen oder Wünsche?

Dann informieren Sie sich bei uns:

KreisSportBund Emsland e.V.

GPS-Projekt
Telefon: 05952 940-141
Mail: gps@ksb-emsland.de

www.ksb-emsland.de

GPS - Gesundheit, Prävention und Sport im Emsland

Wir wollen die Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit in den emsländischen Sportvereinen vorantreiben.

Rücken- und Faszientraining 2/41/2027/02812

Ein starker Rücken und ein elastisches Fasziennetz sind die Grundlage für gesundes und beschwerdefreies Bewegen – im Alltag wie im Training. In dieser Fortbildung erhältst du die Möglichkeit, dein Fachwissen zu vertiefen und deine Kompetenzen im Bereich Rückentraining und Faszientraining gezielt auszubauen.

Dich erwartet eine abwechslungsreiche Mischung aus theoretischem Wissen, praxisnahen Übungen und Trainingsmethoden. Du lernst, wie du deine Gruppen effektiv anleiten kannst, um Rückenproblemen vorzubeugen, Schmerzen zu lindern und die Beweglichkeit nachhaltig zu verbessern. Zahlreiche Praxisimpulse helfen dir, dein bestehendes Trainingsangebot zu erweitern und neue, wirkungsvolle Übungseinheiten zu gestalten – für ein gesundes, kraftvolles und bewegliches Körpergefühl.

Referentin:	Eva-Maria Reinert
Termin:	Samstag, 13.11.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 14.11.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“



AOK

Bis zu 500 € für Mehrleistungen*

Wechsel ohne Aufwand

Einfach wechseln und sofort profitieren.

Profitieren Sie von 2x professioneller Zahnreinigung pro Jahr, Osteopathie, sportmedizinischer Untersuchung und vielem mehr.

* So funktioniert's: Wir erstatten die Kosten für Rechnungen zu 80 Prozent bis zu 500 Euro im Kalenderjahr pro Versicherten für alle Mehrleistungen zusammen. Davon sind für Osteopathie maximal vier Behandlungen bis zu je 75 Euro möglich.

Jetzt scannen und weitere Vorteile der AOK entdecken.

AOK Niedersachsen
Die Gesundheitskasse.

Indian Balance — Lehrgangsnummer 27.240

Ziele, Methoden, Inhalte: Indian Balance kombiniert indigenes Wissen vom Fließen der Körperenergien mit moderner Bewegungslehre. Die ganzheitliche Body-Mind-Soul-Philosophie ist für alle Altersgruppengruppen geeignet und zielt darauf ab, Ausgeglichenheit bei körperlicher und mentaler Stärke zu finden. Es ist ein Kräftigungs-, Dehnungs- und Wahrnehmungstraining, das die überlieferten Erkenntnisse und Rituale der Native American Indians und der modernen Bewegungs- und Entspannungslehre verbindet. Auch Outdooreinheiten tragen dazu bei.

Referentin:	Tanja Feyer
Termin:	Freitag, 19.11.27 – Sonntag, 21.11.27
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Anmeldeschluss:	29.10.27
Kosten:	BSN 100,– / Andere LV, BSN-Vereine mit besonderem Status 189,– und Private 347,–
Anerkennung:	15 LE

ksb KREISSPORTBUND Emsland e.V.

Aktiv für die Vereine
Stark für den Sport
Sportentwicklung

KOORDINIERUNGSSTELLE
INTEGRATION DURCH SPORT



Stresskompetenz im Sport und Alltag verbessern – Entspannungsmethoden erfolgreich anwenden — 2/41/2027/02814

Wir kennen das alle...die Termine häufen sich, die Zeit wird knapper, der Alltag läuft, und wir mittendrin und manchmal sogar hinterher... und am Ende des Tages und der Woche, dann, wenn du eine Pause machst und innehältst, spürst du, wie es dir geht...

In dieser Fortbildung erlebst du einen abwechslungsreichen Mix aus Theorie und Praxis, von Muskelanspannung und Muskelentspannung.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass es eine Wechselwirkung zwischen Muskulatur und vegetativen Nervensystem gibt, sind die Muskeln angespannt, werden die Vorgänge im Körper aktiviert, die der Selbsterhaltung dienen („fight or flight“), sind die Muskeln entspannt, wird Energie gespeichert, Erholung und Regeneration setzen ein.

Lasst uns dieses Wissen nutzen, für uns und in unserem Alltag, für unser Training und unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Training.

Du erhältst Einblicke in die Theorie zu den Themen Stress, Ursachen von Stress, Stressfaktoren und die Auswirkungen auf Körper und Psyche, du erlernst Atemtechniken und Entspannungsmethoden, die du in deinen Alltag und deine Trainingsstunden mitnehmen kannst.

Referentin:	Kerstin Schlimme
Termin:	Samstag, 20.11.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 21.11.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

www.ksb-emsland.de

Informieren · Suchen · Buchen
BildungSportal

Sturzprävention – Standardisiertes Kursprogramm 2/41/2027/02815

Die Sportvereine bieten vielfältige Präventionssportangebote an. Für die Zielgruppe der älteren Menschen eignen sich qualifiziert angeleitete und durchgeführte Präventionssportangebote zur Sturzprävention, um fit und mobil im Alter zu bleiben. Ein solches Präventionssportangebot ergänzt das Angebotsportfolio der Sportvereine und trägt wesentlich dazu bei, die ältere Bevölkerung in der Region an ein regelmäßiges Bewegungsangebot heranzuführen und zum dauerhaften Bewegen in der Gemeinschaft zu motivieren. Das standardisierte Kursprogramm bietet Muskeltraining in Kombination mit Balance Übungen und „Anti Sturztraining" an.

Das Programm, welches in dieser Fortbildung geschult wird, 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 die Kurskostenerstattung durch die Krankenkassen.

Referentin:	Stefanie Schweers
Termin:	Samstag, 27.11.27, 09.00 – 16.00 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	35,– € inkl. Verpflegung
Anerkennung:	8 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“

ALLE VERANSTALTUNGEN SIND ONLINE BUCHBAR AUF

www.ksb-emsland.de

Informieren - Suchen - Buchen BildungSportal

Nahrungsergänzungen aus der ÖKOthek®



www.oekothek.de

ÖKOTHEK® natürlich gesund

Vertrauen Sie der Kraft der Natur!

Kraftvoll ins/im Alter - Was der Körper wirklich braucht 2/41/2027/02809

Bewegung im Alter ist von entscheidender Bedeutung. Sei es zur Sturzprophylaxe, zur Vorbeugung oder Linderung von Zivilisationskrankheiten oder zur Stabilisierung des körperlichen und sozialen Wohlbefindens.

Doch sind einige gegebene Empfehlungen zum Sporttreiben im Alter mittlerweile überholt und gehen an den von der Wissenschaft geforderten Anforderungen an ein altersgerechtes Fitness-Training vorbei.

Hinweis: Sportkleidung erforderlich.

Inhalte:

- Wann beginnt "das Alter"
- Bedeutung der motorischen Grundeigenschaften im Alter
- Allgemeine und spezifische Belastbarkeit
- Forderungen an ein Fitness-Training im Alter
- Praxis

Referent:	Martin Grützner
Termin:	Samstag, 04.12.27, 09.00 Uhr – Sonntag, 05.12.27, 15.30 Uhr
Ort:	Sögel, Sportschule Emsland
Kosten:	50,– € inkl. Verpflegung und Unterbringung
Anerkennung:	15 LE zur Verlängerung ÜL B-Lizenz DOSB „Sport in der Prävention“





Sportgeräte-Ausleihservice: KreisSportBund Emsland

Der KSB Emsland vergrößert das Serviceangebot für seine Mitgliedsvereine! Zur Verbesserung der Qualität und zur abwechslungsreichen Gestaltung der Übungsangebote stellt der KSB ab sofort folgende Trendsportgeräte als Ausleihe zur Verfügung:
(Informationen und Reservierungen unter www.ksb-emsland.de)



Aero-Steps

Ob für die Rehabilitation, die Prävention oder für die Fitness, ob im Indoor- oder Outdoortraining, barfuß, mit Lauf- oder Fußballschuhen – der Aero-Step ist vor allem durch sein Material äußerst flexibel einsetzbar. Er ersetzt sperrige Utensilien und bildet im Bereich des Koordinations-, Kräftigungs- und Flexibilitätstrainings eine apparative Ergänzung.



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Uni-Hockey

Floorball, besser bekannt als Uni-Hockey, ist etwas für jedermann und kann im Prinzip überall gespielt werden. Dabei handelt es sich um ein dem Hallen- oder Feldhockey ähnlichen Spiel, bei dem auch hinter den Toren gespielt werden kann. Der Spaß steht beim Floorball im Vordergrund. Diese Mannschaftssportart, bei der der Teamgeist eine wichtige Rolle spielt, hat neben dem Spaß auch viele weitere Vorteile. Sie trainiert die Bewegungsabläufe für viele andere Sportarten wie Handball, Tennis oder auch Volleyball.



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Flexi-Bar

Der Flexi-Bar ist ein multifunktionales Trainingsgerät, das in verschiedenen Bereichen eingesetzt werden kann. Zum Ausdauer- als auch zum Koordinationstraining sowie zur Haltungsstabilität und zur Bewegungssensibilisierung nutzt man den Schwingstab. Unter fachlicher Aufsicht wird der Flexi-Bar auch als Therapiegerät bei Rücken- und Gelenkerkrankungen eingesetzt.

Sportgeräte-Ausleihservice: KreisSportBund Emsland

Soccer-Court

Der Soccer-Court lässt sich fast überall aufbauen und sorgt für ein Fußball-Erlebnis der besonderen Art auf engem Raum. Auf dem 15m x 12m großen Spielfeld sind packende Zweikämpfe und technisch niveauvolle Spiele vorprogrammiert. Der Kampf „Mann gegen Mann“ kann beginnen!



Bungee-Run

Unsere Bungee-Run-Anlage ist der Wettkampfspaß schlechthin: Auf zwei aufblasbaren Laufbahnen treten die Teilnehmer im direkten Duell gegeneinander an.
Mit einem Gummiseil um den Bauch geschnallt geht es darum, wer am weitesten kommt. Ein Riesenspaß auch für das Publikum. Wer nicht aufpasst, findet sich ganz schnell am Start wieder.



Mobile Kletterwand

Mit der mobilen Kletterwand können Sie bei verschiedensten Veranstaltungen ein attraktives Angebot und eine beeindruckende Aktion schaffen. Die Kletterwand ist fest mit einem Anhänger verschraubt, wodurch sie vielseitig einsetzbar ist. Außerdem hat sie unterschiedlich geformte Klettergriffe, die für hohe Abwechslung beim Klettern sorgen.



Hüpfburg

Sie suchen etwas Besonderes, damit Ihre Veranstaltung zu einem einzigartigen Erlebnis wird? Da ist eine Hüpfburg genau die richtige Attraktion. Ob Kindergeburtstag, Dorffest oder Sportveranstaltung, wenn Sie eine Hüpfburg mieten, sorgen Sie damit vor allem bei den Kleinen für viel Spaß.





Nordic-Walking-Stöcke

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das schnelle Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird. Das Laufen mit den Spezialstöcken bringt Ihren ganzen Körper in Schwung. Selbst ambitionierte Ausdauer-Sportler erleben damit eine intensive Trainingseinheit oder bereiten sich auf den Wintersport vor. Aber auch wenn Sie stressfrei und trittsicher etwas für Ihre Kondition tun wollen, ist Nordic Walking der richtige Sport für Sie.



Togu-Brasils

Ob zu Hause oder im Training, die Togu- Brasils können überall und zu jeder Zeit angewendet werden. Beim Workout oder auch als Begleiter beim Joggen und Spazierengehen – die Togu-Brasils sorgen für eine Kräftigung der Finger-, Hand- und Unterarmmuskulatur. Darüber hinaus können die neuartigen Tiefenmuskeltrainer auch in der Reha oder bei der Aqua-Gymnastik eingesetzt werden.



Faszienrollen

Faszien verleihen dem Körper Stabilität und Elastizität. Durch einseitige Belastungen, Stoffwechselstörungen, etc. können die Faszien ihre Elastizität verlieren und verschiedenste Beschwerden hervorrufen. Beim Faszientraining soll das fasziale Bindegewebe stimuliert werden. Hierzu werden einzelne Muskelpartien mit dem Druck des eigenen Körpergewichts über einen Faszienroller gerollt. Mit den Faszienrollern ist der Anwender in der Lage, eigenständig Massageübungen vorzunehmen, die einen ähnlichen lösenden Effekt bei den Faszien hervorrufen wie eine intensive Massage. Die Faszienrolle ist daher als multifunktionales Trainingsgerät für Kraft-, Ausdauer- und Muskelaufbautraining optimal geeignet.



Zeitmessanlage „Race Result“

Ein Transponder System zur elektronischen Zeitnahme und Auswertung von Sportveranstaltungen.
Ein Race Result System besteht aus folgenden Komponenten: RaceResult System 5000 EU 4,8 m, RaceResult Tag Reader, Start/Marker Taster, Test Transponder, Mehrweg Schuh Chips, LED-Großanzeige, Kabelsatz

Sportgeräte-Ausleihservice: KreisSportBund Emsland

Laser-Biathlon

Biathlon zählt zu den beliebtesten Wintersportarten. Mit unseren Biathlon-Lasergewehren können Sie ein Stück Wintersport zu Ihrer Veranstaltung holen. Die hochwertigen Biathlon-Lasergewehre der Firma Anschütz garantieren Spaß verbunden mit Sicherheit. Anstelle von Munition werden die fünf Zielscheiben mit einem Laserstrahl anvisiert. Sobald die Zielbox einen Treffer registriert, leuchtet die getroffene Scheibe auf.
Beim Laser-Biathlon sind Konzentration und Präzision gefragt. Insgesamt stehen vier Gewehre inkl. Zielscheiben zur Ausleihe zur Verfügung.



Bubble Soccer Bälle

Bubble Football kann sowohl Outdoor als auch Indoor gespielt werden. Dabei spielen zwei Mannschaften gegeneinander und versuchen, wie beim Fußball, Tore zu erzielen. Der Spaßfaktor wird durch sogenannte „Bubble Balls" erhöht. Es handelt sich dabei um große aufblasbare Gummikugeln, mit denen es möglich ist sich gegenseitig wegzustoßen.

Insgesamt stehen 12 Bälle zur Verfügung! Es wird ein weicher bzw. sauberer Untergrund benötigt z.B. Sporthalle oder Sportplatz.



Sportgeräte-Ausleihservice: KreisSportBund Emsland

4er Bungee Trampolin

Diese Anlage ist der absolute Blickfang auf jeder Veranstaltung. Mit einem mobilen 4er Bungee Trampolin bringen Sie eine Extraportion Action, indem Sie den Springern ermöglichen, in die Lüfte abzuheben und ein unvergessliches Erlebnis zu genießen. An vier Sprungplätzen können sich Springer austoben. Dank spezieller Gummiseile können auch weniger geübte Springer schnell Höhen von 5m und mehr erreichen.
Dank des einfachen Aufbaus kann das Trampolin in weniger als einer Stunde von nur einer Person aufgestellt und leicht transportiert werden.
Um die Anlage ausleihen zu dürfen muss vorab eine Einweisung zum Aufbau und Betrieb beim KSB Emsland besucht werden! Termine sind bei Marc Heister zu erfragen.



Das Deutsche Sportabzeichen

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Gruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden (Leistungsstufe Bronze). Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

Das Deutsche Sportabzeichen kann von Männern und Frauen sowohl in der Bundesrepublik Deutschland als auch im Ausland erworben werden. Voraussetzung ist das erfolgreiche Absolvieren der geforderten Leistungen. Die Verleihung erfolgt durch die Ausstellung einer Urkunde.

Das Deutsche Sportabzeichen wird verliehen

- als Deutsches Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche an Jungen und Mädchen, ab dem Kalenderjahr, in dem das 6. Lebensjahr vollendet wird
- als Deutsches Sportabzeichen an Erwachsene, ab dem Kalenderjahr, in dem das 18. Lebensjahr vollendet wird.

Es gelten die Bedingungen für das Alter, das im Jahr der Prüfung erreicht wird.

Das Deutsche Sportabzeichen ist ein Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter und wird an Männer und Frauen verliehen, die in einem Kalenderjahr (01.01.-31.12.) die Leistungsanforderungen erfüllt haben. Pro Kalenderjahr kann es einmal erworben und beurkundet werden.

Auch Menschen mit Behinderung können das Deutsche Sportabzeichen erwerben. Die Bedingungen für Menschen mit Behinderung wurden vom Deutschen Behindertensportverband (DBS) im Einvernehmen mit dem DOSB festgelegt und sind im Handbuch "Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung" beschrieben. (Quelle: https://deutsches-sportabzeichen.de/)

Sportabzeichenreferenten in der Sportregion Ems-Vechte:

Emsland Nord: Günter Kuhl
Tel. 04962 / 501-3257
sportabzeichen-emsland@t-online.de

Emsland Mitte: Andreas Lohe
Tel. 05961/ 4166
graubartla@web.de

Emsland Süd: Jörg Sentker
Tel. 05906 / 933150,
joerg.sentker1968@gmx.de

PREMIUMPARTNER
KREISSPORTBUND EMSLAND

Mit Unterstützung der heimischen Wirtschaft ist es möglich, das große Service- und Dienstleistungsangebot für unsere Sportvereine in der Region aufrecht zu erhalten bzw. weiter auszubauen. Wir bedanken uns daher für das in uns gesetzte Vertrauen und für die hervorragende Partnerschaft im Sinne des Sports vor Ort.

Unsere Premiumpartner

In den vergangenen Jahren konnte der KSB Emsland Kooperationen mit wertvollen Premiumpartnern schließen.
Diese unterstützen den KSB durch eine Kombination aus Sponsoring und Dienstleistung und stehen für eine hohe Produktqualität.

Diese Partnerschaften eröffnen uns neue Möglichkeiten und bieten unseren Premiumpartnern wichtige regionale Synergieeffekte.

Wie heißt es doch so schön: Sport verbindet.

Wir können optimistisch in die Zukunft blicken.

Rund um die Anmeldung

1. Die Anmeldung muss schriftlich erfolgen und ist verbindlich.
2. Die weitere Kommunikation erfolgt ausschließlich per E-Mail.
3. Teilnehmergebühren:
   a) Die ausgeschriebenen Teilnahmegebühren gelten für Mitglieder eines dem LandesSportBund Niedersachsen e.V. angehörenden Sportvereins.
   b) Teilnehmer, die nicht Mitglied in einem Verein des LSB Niedersachsen sind, zahlen das Doppelte der ausgeschriebenen TN-Gebühr.
   c) Teilnehmer, die nicht Mitglied in einem Verein des Deutschen Olympischen Sportbund sind, zahlen eine gesonderte TN-Gebühr.
4. Für Teilnehmende, die Mitglied eines dem LandesSportBund Niedersachsen e.V. angehörenden Sportvereins sind oder von einem solchen entsandt sind, besteht bei dieser Veranstaltung der Versicherungsschutz über den ARAG-Sportversicherungsvertrag. Für alle anderen Teilnehmenden besteht bei der Veranstaltung kein Versicherungsschutz.
5. Abmeldungen müssen bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn schriftlich beim Veranstalter eingegangen sein. Bei Abmeldungen, die nach dieser Frist eingehen, wird eine Bearbeitungsgebühr für Ausbildungen in Höhe von 50,– EUR, für Fortbildungen in Höhe der Teilnahmegebühr berechnet.
   Ausnahme im Krankheitsfall (nur nach Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung).
6. Bei sogenannten Problemkonten (unzureichende Angaben bzw. Deckung) erheben die Banken eine Bearbeitungsgebühr, die den Teilnehmern in Rechnung gestellt wird.
7. Grundsätzlich erfolgt die Unterbringung in Mehrbett-Zimmern mit zum Teil separaten Nasszellen. Einzelzimmer können sofern vorhanden mit einem Zuschlag bereitgestellt werden.
8. Während der Veranstaltungen werden Foto- und/oder Videoaufnahmen gemacht, die zum Teil veröffentlicht werden. Falls Teilnehmer einer Veröffentlichung widersprechen, müssen sie dies bei der Lehrgangsleitung anmelden.
9. Die persönlichen Daten, soweit sie für eine ordnungsgemäße Abwicklung notwendig sind, werden unter Einhaltung der nach Datenschutzrichtlinien notwendigen Sicherungsmaßnahmen gespeichert und verwaltet.

Online-Anmeldung unter:

Informieren - Suchen - Buchen
BildungSportal

www.ksb-emsland.de



Autohaus Bartels

FIAT PROFESSIONAL

FIAT SCUDO KOMBI

9-Sitzer - 110 KW (150 PS) - Schaltgetriebe

20% Sonderrabatt





369 € MONATL. LEASEN 1

KAUFEN AB 32.490 € 2

Fiat Scudo Kombi 1.5 Diesel L2 110 kW (150 PS) manuelles 6-Gang-Getriebe, Energieverbrauch 6,2-7,1 l/100 km Diesel; CO2-Emission 164 - 188 g/km; CO2-Klasse F-G; kombinierte Werte.**

1l Leasingbeispiel: 369,00 € monatlich bei 1.790,00 € Leasingsonderzahlung, 48 Monaten Laufzeit und 10.000 km Jahresfahrleistung. Freibleibendes Leasingangebot der Openbank Deutschland AG, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach. Änderungen der Leasingkonditionen durch den Leasinggeber bleiben bis zum Vertragsschluss vorbehalten. Nur solange der Vorrat reicht.

2l Kaufangebot: Sonderpreis 32.490,00 € inkl. MwSt., Fracht, Überführung und Zulassung. Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers 38.190,00 € inkl. MwSt. zzgl. 1.790,00 € für Fracht, Überführung und Zulassung.



Autohaus Bartels GmbH & Co. KG

Hümmlinger Ring 1 • 49751 Sögel

Tel.: 05952 - 1515 • www.autohaus-bartels.com

Impressum

Sportschule Emsland im KreisSportBund Emsland e.V.
Schlaunallee 11a, 49751 Sögel

Redaktion: Sportschule Emsland
Druck: Goldschmidt GmbH – Druck und Medien – Werlte

Bildnachweis

KreisSportBund Emsland e.V., LandesSportBund Niedersachsen e.V.
Bilddatenbank des LSB NRW e.V.

Hinweis

Aus Gründen der Lesbarkeit verwenden wir in den Texten die männliche Form als generisches Maskulinum, das heißt, neutral verallgemeinernd und in keinster Weise diskriminierend. In allen betreffenden Fällen schließt die männliche Form auch weibliche Personen ein.

Datum	Veranstaltung	Ort	Veranstalter	Seite
Januar				
16.-17.01.27	ÜL C-30 Ausbildung 1 (Teil 1)	Sögel	KSB EL	14
23.-24.01.27	ÜL C-30 Ausbildung 1 (Teil 2)	Sögel	KSB EL	14
Februar				
12.-14.02.27	ÜL C-40 „Erwachsene“ (Teil 1)	Sögel	KSB EL	16
12.-14.02.27	Der Rücken aus fernöstlicher Sicht	Sögel	BSN	26
19.-21.02.27	Juleica Ausbildung 1 (Teil 1)	Sögel	SJ EL	8
20.02.27	Tabata meets Functional Flow	Sögel	GPS	28
20.-21.02.27	ÜL-Refresher 2.0	Sögel	KSB EL	26
26.-28.02.27	ÜL C-40 „Erwachsene“ (Teil 2)	Sögel	KSB EL	16
27.02.27	Fortbildung für Ältere – „Aktiv und mobil bis ins hohe Alter“	Sögel	NTB TK EL	30
27.02.27	Sport & Nachhaltigkeit	Sögel	KSB EL	31
März				
06.03.27	Koordination gezielt trainieren	Sögel	KSB EL	32
12.03.27	Füße gut, alles gut?	Papenburg	GPS	34
13.03.27	Prüfberechtigung für Menschen mit Behinderung	Sögel	InduS	35
13.-14.03.27	Ganzkörpertraining – Elemente aus Fitnesstraining, …	Sögel	KSB EL	35
17.03.27	„Autismus-Spektrum-Störung“ (ASS)	Sögel	InduS	36
19.-21.03.27	Juleica Ausbildung 1 (Teil 2)	Sögel	SJ EL	8
April				
09.-11.04.27	Juleica Ausbildung 1 (Teil 3)	Sögel	SJ EL	8
10.04.27	Ringen und Raufen	Sögel	KSB EL	37
17.-18.04.27	ÜL C-50 Flexmodul: Beweglichkeit & Kraft	Sögel	KSB EL	18
17.-18.04.27	Einsteigerschein (E-Schein) im Trampolinturnen	Lingen	NTB TK EL	38
23.-25.04.27	Feldenkrais: Bewusstheit durch Bewegung	Sögel	BSN	39
24.-25.04.27	ÜL B-Lizenz Basislehrgang (Teil 1)	Sögel	KSB EL	22
Mai				
10.05.27	Sicher und sensitiv! – Schutz vor sexualisierter Gewalt …	Sögel	InduS	40
21.-23.05.27	Grundlehrgang Klettern (Lehrgang 1)	Sögel	SJ EL	9
22.-23.05.27	ÜL B-Lizenz Basislehrgang (Teil 2)	Sögel	KSB EL	22
22.05.27	Trendsportlehrgang Bouldern	Lingen	SJ EL	42
29.05.27	Mobbingprävention	Sögel	KSB EL	43
Juni				
04.-06.06.27	ÜL B-Lizenz Aufbaulehrgang (Teil 1)	Sögel	KSB EL	23
05.06.27	Umgang mit mentalen Krisen bei Kindern und Jugendlichen	Sögel	SJ EL	44
11.-13.06.27	Hand und Fuß, Kopf und Sinne	Sögel	BSN	44
12.-13.06.27	ÜL C-50 Flexmodul: Ausdauer & Schnelligkeit	Sögel	KSB EL	19
18.-20.06.27	ÜL B-Lizenz Aufbaulehrgang (Teil 2)	Sögel	KSB EL	23
26.06.27	Starke Kinder durch Kinderyoga und Resilienztraining	Sögel	KSB EL	46

Datum	Veranstaltung	Ort	Veranstalter	Seite
Juli				
01.-04.07.27	Schulsportassistenz-Ausbildung	Sögel	SJ EL	10
02.-04.07.27	ÜL B-Lizenz Abschlusslehrgang	Sögel	KSB EL	24
August				
09.-13.08.27	Sport- und Abenteuercamp	Sögel	SJ EL	7
27.-29.08.27	Grundlehrgang Klettern (Lehrgang 2)	Sögel	SJ EL	9
28.-29.08.27	ÜL C-30 Ausbildung 2 (Teil 1)	Sögel	KSB EL	14
31.08.-25.09.27	VM-C Wahlmodul: Finanzmanagement	Sögel	KSB EL	48
September				
04.09.27	Nordic Walking - Standardisiertes Kursprogramm	Sögel	KSB EL	49
10.-12.09.27	Juleica Ausbildung 2 (Teil 1)	Sögel	SJ EL	8
11.-12.09.27	ÜL C-30 Ausbildung 2 (Teil 2)	Sögel	KSB EL	14
17.-19.09.27	Rücken 5.0 - Aktives Wirbelsäulentraining	Sögel	KSB EL	50
18.09.27	Mini-Sportabzeichen	Sögel	KSB EL	51
24.-26.09.27	ÜL C-40 „Kinder“ (Teil 1)	Sögel	KSB EL	17
25.09.27	Aktiv 70plus - Hockergymnastik	Sögel	KSB EL	52
Oktober				
02.10.27	Functional- und Sling-Training	Sögel	KSB EL	54
08.10.27	Bewegungs- und Haltungsanalyse	Papenburg	GPS	56
08.-10.10.27	ÜL C-40 „Kinder“ (Teil 2)	Sögel	KSB EL	17
08.-13.10.27	Juleica Ausbildung (Blocklehrgang)	Sögel	SJ EL	8
09.10.27	Gemeinsam in Bewegung – Inklusive Spiele und Übungen …	Sögel	InduS	57
09.10.27	Regeneration als (Trainings-)Kompetenz	Geeste-Dalum	GPS	58
15.-17.10.27	Erlebnispädagogische Aktionen und Outdoorklettern	Sögel	SJ EL	59
18.-22.10.27	Sport- und Abenteuercamp	Sögel	SJ EL	7
21.-24.10.27	Sportassistenz-Ausbildung	Sögel	SJ EL	11
23.-25.10.27	Juleica Ausbildung 2 (Teil 2)	Sögel	SJ EL	8
November				
05.-07.11.27	Laufen als gesunder Ausdauersport 2.0	Sögel	KSB EL	60
13.-14.11.27	Rücken- und Faszientraining	Sögel	KSB EL	62
19.-21.11.27	Indian Balance	Sögel	BSN	64
20.-21.11.27	Stresskompetenz im Sport und Alltag verbessern	Sögel	KSB EL	65
26.-28.11.27	Juleica Ausbildung 2 (Teil 3)	Sögel	SJ EL	8
27.11.27	Sturzprävention - Standardisiertes Kursprogramm	Sögel	KSB EL	66
Dezember				
04.-05.12.27	Kraftvoll ins/im Alter - Was der Körper wirklich braucht	Sögel	KSB EL	68

Sportschule Emsland
Schlaunallee 11a
49751 Sögel
Mo-Fr 08.00 –18.00 Uhr
Tel.: 05952 940-103
Mail: mail@sportschule-emsland.de
Web: www.sportschule-emsland.de

Ansprechpartner



Günter Klene
Geschäftsführer



Frank Gunia
Sportreferent



Maximilian Pöschl
Leiter Sportcampus



Birgit Schomakers
Verwaltung, Lizenzwesen
& NFV-Sachbearbeiterin



Jessica Bloem
Sportcampus,
Lehrgangskoordination,
Belegung



Maike Schuckenbrock
Sportcampus



Simone Hunfeld
Anmeldewesen



Birgit Thesing-Middendorf
Anmeldewesen



Jenke Behrens
Auszubildender
Kaufmann für Büro-
management











gefördert durch:

