

Ausschreibung

Sensomotorik und Mentales Training im Breitensport / Lehrgangs-Nr. 261002092006 - 8 UE

Termin	21.03.2026
Meldeschluss	08.03.2026
Ort	Frauenaurach - Grundschule Turnhalle, Keplerstraße 1, 91056 Erlangen
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 70,00 Euro / Sonstige: 105,00 Euro
Mindestalter	16
Zul.voraussetzungen	keine
Inhalt	Die Fortbildung vermittelt im ersten Teil Grundlagen der Sensomotorik mit den Schwerpunkten Wahrnehmung, Reaktion, Gleichgewicht, Kinästhetik und Life Kinetics. Im zweiten Teil steht mentales Training im Fokus. Die Teilnehmenden erhalten einen praxisnahen Einstieg in Techniken wie Atmung, Visualisierung und positive Routinen.
Sonstiges	Beginn: 09:00 Uhr Ende: ca. 16:30 Uhr
Lizenzverlängerung	ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene Trainer C Breitensport Gerätturnen Trainer C Breitensport Gymnastik-Rhythmus-Tanz ÜL C Breitensport, Profil Kinder/Jugendliche, Schwerpunkt: Jugendturnen ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche, Schwerpunkt Kinderturnen Trainer C Breitensport Parkour ÜL B Breitensport Sport in der Prävention Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere ÜL B Breitensport Sport i.d. Prävention Gesundheitsförderung im Kinderturnen Trainer B Breitensport Turnen - Bewegungskünste und Turnartistik Trainer B Breitensport Vorführung und Choreografie BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche
Ansprechpartner	Peter Messerschmitt, André Zahl
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)