

SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN



**SportBildungswerk NRW e.V.**

Außenstelle Olpe

Bahnhofstr. 15

57462 Olpe

QUALIFIZIERUNG IM SPORT  
Olpe

## AUS- UND FORTBILDUNG IM SPORT 2023

Finde heraus, was gut für dich ist!





2023

	JANUAR					FEBRUAR				MARZ						
WOCHE	52	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	
Montag		2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27
Dienstag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28
Mittwoch		4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29
Donnerstag		5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30
Freitag		6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31
Samstag		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25	
Sonntag		1	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26

	APRIL					MAI				JUNI						
WOCHE	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	
Montag		3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26
Dienstag		4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Mittwoch		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Donnerstag		6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Freitag		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Samstag	1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24	
Sonntag	2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25	

	JULI					AUGUST					SEPTEMBER					
WOCHE	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39
Montag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25
Dienstag		4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26
Mittwoch		5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Donnerstag		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Freitag		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Samstag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Sonntag	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24	

	OKTOBER					NOVEMBER					DEZEMBER						
WOCHE	39	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52	
Montag		2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25	
Dienstag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26	
Mittwoch		4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27	
Donnerstag		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28	
Freitag		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	
Samstag		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	
Sonntag		1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31

Neujahr 1.1., Karfreitag 7.4., Ostern 9.4./10.4., Tag der Arbeit 1.5.,  
Christi Himmelfahrt 18.5., Pfingsten 28./29.5., Fronleichnam 8.6.,  
Tag der Deutschen Einheit 3.10., Allerheiligen 1.11., Weihnachten 25./26.12.

## Schulferien in NRW

	Erster Ferientag		Letzter Ferientag
Weihnachten	23.12.2022	-	06.01.2023
Ostern	03.04.2023	-	15.04.2023
Sommer	22.06.2023	-	04.08.2023
Herbst	02.10.2023	-	14.10.2023
Weihnachten	21.12.2023	-	05.01.2024

Kalender	2
Über uns	4
Hinweise zur Anmeldung	5
Übersicht Qualifizierungswege	6
Weiterbildungseinrichtung & Qualitätsmanagement	7
Vorstufe	
Sporthelfer*in I	8
Sporthelfer*in II	9
1. Lizenzstufe Ausbildungen	
ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in Basismodul	10
ÜL*in-C/ Trainer*in C/ Jugendleiter*in Aufbaumodul	11
2. Lizenzstufe Ausbildungen	
ÜL*in-B - Rehabilitationssport	12
Sportabzeichenprüfer*in Aus- & Fortbildungen	13
1. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	14
ÜL*in-C - Breitensport	
2. Lizenzstufe Fortbildungen/Lizenzverlängerungen	
ÜL*in-B - Prävention & Rehabilitation	22
ÜL*in-B - Bewegungsförderung	23
Finanziell geförderte Fortbildungen	24
Vereinsmanagement	
Kurz & Gut - Seminare	25
Weitere Angebote	26
Impressum	27



**Sylvia Gante**  
Leitung der Außenstelle

02761/94298-00  
info@ksb-olpe.org



**Henning Peuters**  
Pädagogische Leitung

02761/94298-20  
h.peuters@ksb-olpe.org



**Jenifer Wacker**  
Pädagogische Mitarbeiterin

02761/94298-11  
j.wacker@ksb-olpe.org



**Katrin Stähler**  
Verwaltungsmitarbeiterin  
- Angebotsverwaltung -

02761/94298-16  
kurse@ksb-olpe.org



**Sibylle Zöllner**  
Verwaltungsmitarbeiterin  
- Finanzverwaltung -

02761/94298-00  
info@ksb-olpe.org

Anmeldungen unter:  
[www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de)

Der günstigere Preis gilt für Anmeldungen aus Mitgliedsvereinen der Kreissportbünde Olpe und Siegen-Wittgenstein e.V..

Alle Maßnahmen werden in Veranstalterschaft des Sportbildungswerkes NRW Außenstelle Olpe durchgeführt. Der Träger der Maßnahmen ist der Landessportbund NRW e.V..

Weitere Informationen zu den Qualifizierungswegen sowie zu weiteren Fortbildungen / Workshops bekommst du in der Geschäftsstelle des Kreissportbundes Olpe e.V..

**Hinweis:** Terminänderungen vorbehalten. Aktuelle Termine sind online einzusehen.

Sportbildungswerk Außenstelle  
im Kreissportbund Olpe e.V.

Geschäftsstelle:  
Bahnhofstr. 15  
57462 Olpe  
Postanschrift:  
Postfach 1547  
57445 Olpe  
Tel.: 02761-94298 16  
Fax: 02761-94298 29  
kurse@ksb-olpe.org  
[www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de)

Sportjugend:  
Tel.: 02761-94298 22  
Fax: 02761-94298 29  
info@sportjugend-olpe.org



Übungsleiter/-in-B Kinder- und Jugendsport	Übungsleiter/-in-B	Übungsleiter/-in-B Rehabilitation Erwachsene
Bewegungsförderung in Verein und Kita  60 LE	Abenteuer- und Erlebnissport  70 LE	Rehabilitation Neurologie 75 LE
	Selbstbehauptung/ Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen  96 LE	Rehabilitation Innere Medizin 105 LE
	Prävention  Allgemeine Gesundheitsförderung  83 LE	Rehabilitation Orthopädie 90 LE
		Rehabilitation Geistige Behinderung 75 LE
Rehabilitation Sport in der Krebsnachsorge 45 LE		
		Basismodul  15 LE

2. Lizenzstufe B

**JuLeiCa\***

Übungsleiter/-in-C Breitensport		
Aufbaumodul Kinder und Jugendliche  ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Kindern oder Jugendlichen betreuen wollen.  90 LE	Aufbaumodul sportartübergreifend  ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Personen unterschiedlichen Alters betreuen wollen.  90 LE	Aufbaumodul Schwerpunkt Ältere  ... wenn Sie eine Breitensportgruppe mit Älteren betreuen wollen.  90 LE

1. Lizenzstufe C

Übungsleiter/-in-C, Trainer/-in-C/Jugendleiter/-in
Basismodul  ... wenn Sie in die Ausbildung Übungsleiter/-in, Trainer/-in-C, Jugendleiter/-in einsteigen wollen.  30 LE

**JuLeiCa\***

Sporthelfer/-in I und II*
... wenn Ihr als junge Engagierte (13 - 17 Jahre) Sportangebote betreuen wollt.  2x 30 LE

Vorstufe

### Das SportBildungswerk NRW Zertifizierter Anbieter bürgernaher sportlicher Weiterbildungsangebote

Das Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen macht allen gesetzlich anerkannten und geförderten Weiterbildungseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen die Modernisierung und Neuorientierung des Weiterbildungsangebots nach aktuellen gesellschaftlichen und bildungspolitischen Bedarfen zur Aufgabe.

Diese Vorgaben werden von allen Außenstellen des SportBildungswerkes umgesetzt. Moderne Sport- und Bewegungsangebote im Rahmen allgemeiner Weiterbildung haben wir uns „auf die Fahnen“ geschrieben.

Das SportBildungswerk stellt sich zudem regelmäßig einer externen Beurteilung seines Qualitätsmanagements nach den Standards der „European Foundation for Quality Management“ (EFQM). Im Juli 2021 wurde dem SportBildungswerk im Rahmen der Neuzertifizierung das EFQM-Level „Recognised for Excellence“ bestätigt. Systematisches Qualitätsmanagement im SportBildungswerk ist also ein Merkmal, das gegenüber dem Gesetzgeber, unseren Teilnehmerinnen und Teilnehmern, Kunden und Kooperationspartnern Nachweis ist für unser Versprechen, ständig unsere Leistungsstandards weiterzuentwickeln.

Dies dient auch der Sicherung unseres seit über 40 Jahren erfolgreichen SportBildungswerkes mit jährlich mehr als 100.000 Teilnehmer\*innen. Wir bieten den Bürgerinnen und Bürgern in NRW mehr als 7500 Sport- und Bewegungskurse, bewegungsorientierte Ausgleichsangebote für Berufs-, Arbeits- und Alltagsbelastungen, Qualifizierungsangebote für ehrenamtliche Tätigkeit mit Sportgruppen oder im Vereinsverwalterbereich sowie Grund- und Erweiterungsqualifizierungsmaßnahmen für nebenberuflich Tätige in Sport-, Bewegungs- und Sozialberufen.

Unser Motto für unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer lautet: „Finde heraus, was gut für dich ist.“ Wir haben die Entdeckungsaufgaben

Deine SportBildungswerk Außenstelle  
Olpe

Recognised by EFQM  
★★★★★ 2021

## VORSTUFE SPORTHELFER\*IN I AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

Du möchtest in deinem Sportverein aktiv werden? Als Sporthelfer\*in hast du die Möglichkeit, die Übungsleitung bei der Planung und Durchführung von sportlichen und außersportlichen Angeboten für Kinder und Jugendliche zu unterstützen.

Du bist zwischen 13 und 17 Jahre alt, bringst Ideen und neue Trends in Spiel-, Sport- und Freizeitangebote ein und gestaltest diese aktiv. Unter Aufsicht und mit fachlicher Begleitung der Übungsleitung führst du selbstständig Stundenanteile oder Projekte und Freizeitaktivitäten mit Kindern oder Gleichaltrigen durch.

11000

TERMIN: 17.04. & 21.-23.04.2023 (30 LE)  
mit Übernachtung  
ORT: Hachen  
GEBÜHR: 100€ (inkl. Übernachtung & Verpflegung)



Inhalte:

- Spiele, spielerische Übungsformen, Sportarten und Trends in Theorie und Praxis
- Freizeit- und außersportliche Aktivitäten im Sportverein
- Motive zur Mitarbeit im Sportverein und als Sporthelfer\*in
- Grundlagen und Grundsätze der Kommunikation
- Kinder und Jugendliche von heute – Konsequenzen für die Co-Leitung von Gruppen
- Grundlagen der Planung von Vereinsangeboten
- Aufgaben- und Tätigkeitsfelder eines/einer Sporthelfer\*in im Sport



## VORSTUFE SPORTHELFER\*IN II AUSBILDUNGEN IM KINDER- & JUGENDBEREICH

11020

TERMIN: Januar/Februar 2023 (30 LE)  
Schwerpunkt Ski  
mit Übernachtung & Verpflegung  
ORT: Winterberg

Anmeldung & Informationen:

Diese Ausbildung findet in Kooperation mit der Sportjugend im Kreissportbund Hochsauerlandkreis e.V. und dem Westdeutschen Skiverband statt.

Ansprechpartnerin für Rückfragen:  
Hanna Hommel (Sportjugend Olpe)  
02761/94298-22 & info@sportjugend-olpe.org

11020

TERMIN: Sommerferien 2023 (30 LE)  
mit Übernachtung & Verpflegung  
ORT: Nordsee

Anmeldung & Informationen:

Diese Ausbildung findet in Kooperation mit der Sportjugend im Kreissportbund Siegen-Wittgenstein e.V. statt.

Ansprechpartnerin für Rückfragen:  
Hanna Hommel (Sportjugend Olpe)  
02761/94298-22 & info@sportjugend-olpe.org

Inhalte:

- attraktive Spiele und Trendsportarten für Kinder
- Projekte & Freizeitangebote im Sportverein
- persönliches Sport- und Gesundheitsverständnis entwickeln
- Planung, Durchführung und Auswertung von kleinen sportlichen und außersportlichen Aktivitäten
- Mitbestimmung von Kinder- und Jugendrechten im Sport
- Weitere Qualifizierungsmöglichkeiten im organisierten Sport

Hinweise:

- Der Nachweis Sporthelfer\*in I wird vom Ministerium für Schule und Weiterbildung und dem Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport und den Mitgliedseinrichtungen der anerkannten Landesorganisationen der Weiterbildung in Nordrhein-Westfalen für das Modul E1 anerkannt.
- SH I und SH II - Lehrgänge können aufgrund der inhaltlichen Gliederung nur aufbauend besucht werden.
- Nach erfolgreicher Teilnahme der SH I und SH II-Ausbildung erhalten die Teilnehmenden den Sporthelfer\*innen-Ausweis. Dieser wird anerkannt als Basismodul für die ÜL\*in-C- /Trainer\*in-C- /JL\*in-Ausbildung, vorausgesetzt, er ist nicht älter als zwei Jahre.
- Die Teilnahme an einer SH-Fortbildung (8-15 Lerneinheiten) verlängert den Ausweis für die Dauer von zwei Jahren.
- Absolvieren Jugendliche zusätzlich eine Erste-Hilfe-Ausbildung (9 Lerneinheiten), können sie die bundeseinheitliche Jugendleiter\*innen-Card (Juleica) online unter [www.juleica.de](http://www.juleica.de) beantragen.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C, TRAINER\*IN-C BASISMODUL

Die Übungsleiter\*in-C-Ausbildung gliedert sich in ein Basismodul und ein Aufbaumodul.

Ein breites Spektrum praktischer und theoretischer Inhalte wird mit Hilfe vielfältiger Methoden erschlossen, ohne dabei den Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben. Hierbei wird auf die Sichtweisen, Einstellungen, Haltungen der Teilnehmer\*innen, also auf deren Selbstverständnis zurückgegriffen. Reflexionsphasen helfen, die Inhalte auf das Vereinsleben und auf sich selbst als zukünftige Leitungsperson zu beziehen.

20000

TERMIN: 21./22.01. & 28./29.01.2023 (30 LE)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 105€ (160€)

20001

TERMIN: 22.-24.06.2023 (kompakt) (30 LE)  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 105€ (160€)



Hinweise:

- Das Übungsleiter\*in-C, Trainer\*in-C, Jugendleiter\*in Basismodul (30 LE) ist notwendige Voraussetzung für alle Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe (außer Vereinsmanager\*in) und gilt somit als Einstieg in die jeweilige Ausbildung. Die Ausbildung muss gemäß Rahmenrichtlinien DOSB innerhalb von 2 Jahren vollständig (Basis- und Aufbaumodul) abgeschlossen sein. Erst nach Absolvierung beider Teile und dem Erste-Hilfe-Nachweis wird die Übungsleiter\*in-C-Lizenz erteilt.
- Die Übungsleiter\*in-C Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer Fortbildung im Umfang von 15 Lerneinheiten um jeweils 4 Jahre verlängert.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C, TRAINER\*IN-C AUFBAUMODUL

Übungsleiter\*in-C- Aufbaumodul Breitensport sportartübergreifend  
Diese Ausbildung wendet sich an diejenigen, die sich nicht auf eine Altersgruppe festlegen wollen. Die Inhalte werden mit Hilfe vielfältiger Methoden vermittelt, die ihrerseits wiederum Anregung bieten, den Übungsbetrieb im Verein abwechslungsreich zu gestalten. Ansatzpunkt dieser Ausbildung ist der eigene Erfahrungsschatz. Hierzu werden die Sichtweisen, Einstellungen und Haltungen der Teilnehmenden herangezogen. Zudem wird das Leiten von Gruppen in immer wieder neuen Lernsequenzen geübt und reflektiert.

21167

TERMIN: 11./12.02.; 25./26.02.; 11./12.03.;  
22./23.04. & 29./30.04.2023 (90 LE)  
(15 LE Blended learning\*)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 275€ (430€)

21184

TERMIN: 23./24.09.; 21./22.10. & 04./05.11.2023  
(90 LE) (30 LE Blended learning\*)  
ORT: Attendorn  
GEBÜHR: 275€ (430€)

\* Blended learning bedeutet, dass es neben den Präsenzphasen auch online-gestützte Lernphasen gibt.

Inhalte Basis- und Aufbaumodul:

- Anforderungen an Leitungen von Gruppen im Sport
- Der Umgang mit Menschen und das Auftreten vor Gruppen
- Einführung in die Trainingslehre unter Hervorhebung der Hauptbeanspruchungsformen
- Systematischer Aufbau von Sportstunden nach dem Vier-Phasen-Modell
- Ziele und Aufgaben des organisierten Sports in NRW und das Qualifizierungssystem des lizenzierten Sports
- Entwicklungsverlauf von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren im Kontext ihrer Lebens- und Bewegungswelt
- Grundkenntnisse über den Verlauf von idealtypischen Gruppenbildungsprozessen
- Didaktische und methodische Kenntnisse der Planung sportlicher und außersportlicher Angebote
- Anwendung des Erlernten in Planung, Durchführung und Reflexion von Praxisbeispielen

Der Einstieg in die Rehabilitationsausbildungen  
Die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe Sport in der Rehabilitation beginnt mit dem Basismodul Rehabilitation Erwachsene. Dieses 15 Lerneinheiten umfassende Basismodul ist standardisierter Bestandteil der Gesamtbildung und muss zwingend vor einem Aufbau- modul absolviert werden.

36000

TITEL: REHABILITATION ERWACHSENE  
BASISMODUL  
TERMIN: 19./20.08.2023 (15 LE)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 120€ (185€)

Aufbaumodul Orthopädie (90 Lerneinheiten)

In dem Angebotsbereich „Orthopädie“ werden die Möglichkeiten des Sports und seine Bedeutung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung sowie zur Krankheitsverarbeitung bei orthopädischen Erkrankungen genutzt. Sie verhelfen den von einer orthopädischen Erkrankung betroffenen Menschen zu neuem Selbstvertrauen und zu neuer Lebensfreude.

36010

TITEL: REHABILITATION AUFBAUMODUL  
ORTHO PÄDIE  
TERMINE: 02./03.09., 09./10.09., 23./24.09.,  
21./22.10. & 10./11./12.11.2023 (90 LE)  
ORT: Siegen  
GEBÜHR: 630€ (995€)

Anmeldung & Informationen:

Diese Ausbildung findet in Kooperation mit dem Kreissportbund Siegen-Wittgenstein e.V. statt.  
[www.ksb-siwi.de](http://www.ksb-siwi.de)

Inhalte:

- Hintergrundwissen zu den Zielgruppen
- Physiologische Grundlagen / altersbedingte Veränderungen
- Konsequenzen für die Gestaltung von Bewegungsangeboten
- Beitrag des Sports zur Krankheitsverarbeitung
- Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit mit den Mitteln des Sports
- Grundlagen der Planung von Sportstunden in der Krebsnachsorge

Die Ausbildung qualifiziert für die Leistungserbringung Rehabilitationssport in den Indikationen:

- Wirbelsäulenerkrankungen
- Osteoporose
- Gelenkschaden, Gelenkersatz
- Morbus Bechterew
- Krebsnachsorge
- Gliedmaßen/Amputationen

23500

TITEL: SPORTABZEICHENPRÜFER\*IN  
PRÄSENZMODUL  
LIZENZ: Übungsleiter\*in C  
TERMIN: 26.08.2023 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 85€ (130€)

**INFO:** Das Deutsche Sportabzeichen basiert auf einem sportwissenschaftlich abgesicherten Leistungskatalog in den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren und Turnen, die sich in vier Disziplingruppen entsprechend der vier motorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination wiederfinden. Von ganz entscheidender Bedeutung für den Erwerb des DSA ist die systematische Vorbereitung und die qualifizierte Betreuung der Interessierten. Um den Erwartungen und Bedürfnissen aller gerecht werden zu können, ist es erforderlich, die DSA Prüferinnen und Prüfer entsprechend zu schulen.

**HINWEIS:**

Diese Fortbildung gliedert sich in zwei aufeinanderfolgende Teile, deren Reihenfolge einzuhalten ist: Die interessierte Person beginnt mit dem Online-Modul (7 LE) zum Selbststudium, welches die intensive Auseinandersetzung mit dem aktuellen Prüfungswegweiser des DOSB sicherstellt. Über den Link [www.sportbildung-online.de/login](http://www.sportbildung-online.de/login) kann das Selbststudium begonnen werden. Mit einer im Anschluss ausgestellten Bescheinigung kann die Anmeldung zum Präsenzmodul (8 LE) erfolgen.

23510

TITEL: VERLÄNGERUNG  
SPORTABZEICHENPRÜFER\*IN  
TERMIN: 22.03.2023 (2 LE)  
ORT: Online  
GEBÜHR: 0€ (10€)

23511

TITEL: VERLÄNGERUNG  
SPORTABZEICHENPRÜFER\*IN  
TERMIN: 24.05.2023 (2 LE)  
ORT: Lennestadt  
GEBÜHR: 0€ (10€)

23512

TITEL: VERLÄNGERUNG  
SPORTABZEICHENPRÜFER\*IN  
TERMIN: 25.09.2023 (2 LE)  
ORT: Online  
GEBÜHR: 0€ (10€)

Nach den Vorgaben des DOSB muss der DSA-Prüfer\*in-Ausweis, der zur Abnahme des Deutschen Sportabzeichens berechtigt, alle vier Jahre durch die Teilnahme an einer Fortbildung von 2 Lerneinheiten verlängert werden.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22100

TITEL: PARCOUR  
TERMIN: 04.02.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Der Sport „Parcour“ bietet eine hervorragende Möglichkeit, Bewegungsgrundtätigkeiten wie Laufen, Springen, Klettern, Hängen, Rollen etc., durch spannende Gerätestationen zu fördern. Basisbewegungen sollen an verschiedenen Stationen nach eigenen Ansprüchen trainiert und später außerhalb der Turnhalle umgesetzt werden. Dadurch ist diese Fortbildung auch für Anfänger geeignet.



22101

TITEL: BEWEGUNGSBAUSTELLE IM GANZTAG  
TERMIN: 11.02.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Bewegungslandschaften sind das wohl beliebteste und vielfältigste Mittel im Kindersport. Hier können sich nicht nur Kursleitungen austoben, sondern Kinder ebenfalls ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Einen sinnvollen Rahmen bieten thematisch abgestimmte Spiele für Ein- und Ausklang.

In dieser Fortbildung stehen der spielerische und kreative Umgang mit Sportgeräten und Kleinmaterialien sowie das Erproben von neuen Kombinationen in der Sporthalle im Fokus. Wir erarbeiten gemeinsam Bewegungslandschaften und Spiele, bei denen Kinder grundlegende motorische Fähigkeiten wie Krabbeln, Klettern, Springen und Schaukeln erlernen und sich an der einen oder anderen Station auch mal überwinden müssen und etwas Unbekanntes entdecken.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23170

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 04.03.2023 (9 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 50€ (80€)

**INFO:** Aktuell bietet das SportBildungswerk Olpe in Kooperation mit der DLRG Ortsgruppe Drolshagen standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an.

22500

TITEL: BEWEGUNGSBEGLEITER\*IN  
TERMIN: 25./26.03.2023 (16 LE)  
ORT: Kirchhundem  
GEBÜHR: 160€

**INFO:** Mit diesem Weiterbildungsangebot wenden wir uns in erster Linie an Alltagsbetreuer\*innen, Betreuungskräfte nach §53c, pflegende Angehörige, Nachbarschaftshelfer\*innen oder Ehrenamtliche und Interessierte, die sich in einer zweitägigen Schulung (16 UE) zum „Bewegungsbegleiter“ qualifizieren lassen können. Ein sogenannter „Bewegungsbegleiter“ kann der Bezeichnung nach zum Sportangebot oder zum Sportverein begleiten, er kann aber auch versuchen über biografische Zugänge Bewegung zu reaktivieren und das Bewegungsinteresse wieder anregen. Nicht zuletzt soll mit dem „Bewegungsbegleiter“ in Form kleiner Übungseinheiten auch ganz gezielt Bewegung in die Häuslichkeit gebracht werden, um einen angeleiteten Zugang zur Bewegung zu ermöglichen und diese im Tagesablauf zu integrieren.



ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)



## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22700

TITEL: PEZZICORE  
TERMIN: 22.04.2023 (8 LE)  
ORT: Kirchhundem  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Die Core-Muskulatur sorgt für eine aufrechte Körperhaltung und ermöglicht die Kraftentwicklung bei Bewegungen. Entdecke in dieser Fortbildung u.a. den Rodondball und den Pezziball als Trainingsgerät zur Kräftigung deiner Rücken - und Tiefenmuskulatur (Core) und zur Verbesserung deiner Koordination, Haltung und Kraft.



22701

TITEL: SUMMER SPECIAL FITNESS  
TERMIN: 17.06.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 55€\*

**INFO:** Probier mal was Neues!  
Ein Tag voller Action, schweißtreibender Workouts und spannender Trends & Themen. Das Programm für das 7. Summer Special Fitness erscheint im Frühjahr 2023.  
\* inkl. Mittagessen & Getränk.

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22702

TITEL: TRENDSPORT SUP -  
STAND UP PADDELING  
TERMIN: 01.07.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe/Biggensee  
GEBÜHR: 120€\* (60€\*\*)

**INFO:** Auf dem Biggensee und anderen Seen und Flüssen sieht man immer mehr Menschen, die mit Brett und Stechpaddel übers Wasser gleiten. Das Stand-up-Paddling (SUP) ist mittlerweile eine nicht mehr wegzudenkende Trendsportart, die relativ leicht zu erlernen ist und bis ins hohe Alter ausgeübt werden kann. Diese Fortbildung richtet sich an Anfänger/Einsteiger, die die Grundtechniken und einige Spiel- und Trainingsformen mit dem SUP erlernen wollen.

\* inkl. Leihgebühr SUP Board

\*\* Kursgebühr mit eigenem SUP Board

22703

TITEL: EINSTIEG INS KETTLEBELLTRAINING  
TERMIN: 09.09.2023 (8 LE)  
ORT: Wenden  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Kettlebells ermöglichen eine vielfältige und abwechslungsreiche Trainingsanwendung, aber verlangen auch ein Basiswissen, um eine zielorientierte und sichere Anwendung zu garantieren. Dieses Basiswissen liefert die Grundlage für ein stabiles Fundament, und ein abwechslungsreiches Kettlebell Vergnügen. Lerne in dieser Fortbildung als Einsteiger/Anfänger den sicheren Umgang mit der Kettlebell. Es werden grundlegende Übungen, Basispositionen und das nötige praxisorientierte WarmUp in Theorie und Praxis trainiert.



## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23500

TITEL: SPORTABZEICHENPRÜFER\*IN  
PRÄSENZMODUL  
TERMIN: 26.08.2023 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 85€ (130€)

**INFO:** Das Deutsche Sportabzeichen basiert auf einem sportwissenschaftlich abgesicherten Leistungskatalog in den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Radfahren und Turnen, die sich in vier Disziplingruppen entsprechend der vier motorischen Grundfähigkeiten Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination wiederfinden. Von ganz entscheidender Bedeutung für den Erwerb des DSA ist die systematische Vorbereitung und die qualifizierte Betreuung der Interessierten. Um den Erwartungen und Bedürfnissen aller gerecht werden zu können, ist es erforderlich, die DSA Prüferinnen und Prüfer entsprechend zu schulen.

### HINWEIS:

Diese Fortbildung gliedert sich in zwei aufeinanderfolgende Teile, deren Reihenfolge einzuhalten ist: Die interessierte Person beginnt mit dem Online-Modul (7 LE) zum Selbststudium, welches die intensive Auseinandersetzung mit dem aktuellen Prüfungswegweiser des DOSB sicherstellt. Über den Link [www.sportbildung-online.de/login](http://www.sportbildung-online.de/login) kann das Selbststudium begonnen werden. Mit einer im Anschluss ausgestellten Bescheinigung kann die Anmeldung zum Präsenzmodul (8 LE) erfolgen.



ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22704

TITEL: ENTSPANNTE STUNDENAUSKLÄNGE  
TERMIN: 23.09.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Es muss nicht immer das klassische Stretching/Dehnen am Stundenende sein. Wie wäre es zur Abwechslung mal mit einer Körperreise oder einer kleinen progressiven Muskelentspannung zum Stundenabschluss? In dieser Fortbildung werden verschiedene Entspannungsmethoden in der Theorie vorgestellt und praktisch ausprobiert. Somit kannst du als Kursleitung einen passenden Stundenklang für deine Sportkurse kreieren und in der Praxis anwenden.



22102

TITEL: FFEL THE BEAT  
TERMIN: 21.10.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Möglichkeiten des gestalterischen Ausdrucks für Jugendliche. Wir machen einen Exkurs in die Welt des HipHops, lernen Alltagsbewegungen als Basis für einen Tanz zu nutzen und wenden die Trendsportart Ropeskipping im Gestaltungskontext an.

**TIPP:** Kombination mit Fortbildung **22103**

FÜR EINE LIZENZVERLÄNGERUNG WERDEN  
15 LERNEINHEITEN (LE) BENÖTIGT.  
ALTERNATIV SIND AUCH 2 x 8 LE MÖGLICH.

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

22103

TITEL: RINGEN & RAUFEN FÜR KINDER  
TERMIN: 22.10.2023 (8 LE)  
ORT: Wenden  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Ringen und Raufen für Kinder fördert die Psychomotorik und ist ein Weg die ganzheitliche Entwicklung unserer Kinder durch Bewegungsangebote positiv zu unterstützen.

Gleichgewicht, Koordination, Geschicklichkeit sowie das Erleben und Ausdrücken von Gefühlen und der Umgang mit den eigenen Aggressionen, werden positiv beeinflusst und lassen die "kleinen" Persönlichkeiten wachsen.

Ringens und Raufens heißt sich „messen“ im positiven Sinne, sich ordentlich auspowern und überschüssige Energie und aufgestaute Wut zu entladen. Spielerisch die eigenen Kräfte und Bewegungsfähigkeiten mit anderen zu messen und eigene Grenzen kennenzulernen, in einem strukturierten Rahmen, mit festen Regeln und Sicherheiten.

In dieser Fortbildung bekommst du Werkzeuge an die Hand, die dir ermöglichen, Ringen und Raufen als Übungsstunde mit Kindern durchzuführen.

**TIPP:** Kombination mit Fortbildung 22102



22705

TITEL: SPORT & ERNÄHRUNG  
TERMIN: 27.10. & 28.10.2023 (8LE)  
ORT: Online  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Du bist, was Du isst. - In dieser Fortbildung dreht sich alles um Ernährung. Du erfährst die Grundlagen einer gesunden Ernährung, welche Ernährungsformen es gibt und welche ernährungsbedingten Erkrankungen. Darüber hinaus erfährst du z.B. welche Ernährung im Zusammenhang mit Sport und bei Stress die richtige ist.

**TIPP:** Kombination mit Fortbildung 23171

## 1. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-C FORTBILDUNGEN

23171

TITEL: ERSTE HILFE BEI  
SPORTVERLETZUNGEN  
TERMIN: 29.10.2023 (9 LE)  
ORT: Drolshagen  
GEBÜHR: 50€ (80€)

**INFO:** Aktuell bietet das SportBildungswerk Olpe in Kooperation mit der DLRG Ortsgruppe Drolshagen standardisierte Fortbildungen mit dem Titel „Erste Hilfe bei Sportverletzungen“ mit 9 Lerneinheiten an.

**TIPP:** Kombination mit Fortbildung 22705

22706

TITEL: WINTER SPECIAL -  
YOGA, MEDITATION & ACHTSAMKEIT  
TERMIN: 25.11.2023 (8 LE)  
ORT: Online  
GEBÜHR: 50€ (75€)

**INFO:** Das „Summer Special“ Fitness Event im Sommerhalbjahr ist bereits fest im Sportangebot der Sportbildungswerkstätten Olpe etabliert. Erstmals soll es nun auch ein Event im Winterhalbjahr geben. Das „Winter Special“ soll hierbei den Fokus auf verschiedene Yogastile, geführte Meditationen und Achtsamkeitsübungen legen. Das Tagesprogramm mit den einzelnen Workshops erscheint im Herbst 2023.



ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-B FORTBILDUNGEN REHABILITATION & PRÄVENTION

36660

TITEL: STABIL UND BEWEGLICH -  
FUNKTIONELLES TRAINING  
LIZENZ: Rehabilitation Orthopädie, Innere Medizin,  
Neurologie  
TERMIN: 02./03.09.2023 (15 LE)  
ORT: Kirchhundem  
GEBÜHR: 115€ (170€)

**INFO:** Funktionstraining ist „besser als ihr Ruf“ und bietet gezielte Angebote zur Verbesserung aller Motorischen Hauptbeanspruchungsformen an. Passende Übungen und ausgewählte Gymnastikprogramme sollen dabei neue Ideen für die Rehasportstunde geben. Mit und ohne Equipment lässt sich das Training sowohl im Gymnastik-, Vereinsraum als auch auf der grünen Wiese durchführen.

35850

TITEL: GELENKE BEWEGLICH ERHALTEN  
IN PRÄVENTION & REHABILITATION  
LIZENZ: Prävention  
Rehabilitation Orthopädie  
TERMIN: [www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de) (15 LE)  
ORT: Kreis Olpe  
GEBÜHR: 115€ (170€)

**INFO:** Seine vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten verdankt der menschliche Körper seinen Gelenken. Um bis ins hohe Alter davon zu profitieren ist es wichtig, die Gelenke und die sie bewegende Muskulatur entsprechend zu bewegen und zu trainieren. Dazu gehören vor allem Bewegungswahrnehmung, funktionelles Üben und angemessene Alltagsbewegungen. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt und analysiert, wie ausgewählte Übungen und Bewegungsformen der Fußgymnastik, Rückenschule, Knieschule oder Nackenschule in Sportangeboten ganzheitlich und zielgruppengerecht integriert werden können.

36520

TITEL: LWS, ISG & PIRIFORMIS SYNDROM  
LIZENZ: Rehabilitation Orthopädie  
TERMIN: [www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de) (8 LE)  
ORT: Kreis Olpe  
GEBÜHR: 65€ (95€)

**INFO:** Der größte Anteil der Rückenproblematiken bezieht sich auf die Region im LWS-Bereich. Anfangen von Bandscheibenproblematiken bis hin zu muskulären Problemen (Piriformis-Syndrom) sowie Gelenkproblematiken (ISG). Diese Fortbildung zeigt Möglichkeiten und Grenzen des Rehasportes auf. Eine Kombination aus Theorieteilern und Praxiselementen - Anatomie und Aufbau der Wirbelsäule und der LWS-Region, Ursache und Differenzierung von Schmerzen, biomechanische Wirkungen von speziellen Muskelgruppen auf die Wirbelsäule.

## 2. LIZENZSTUFE ÜBUNGSLEITER\*IN-B FORTBILDUNGEN BEWEGUNGSFÖRDERUNG

31100

TITEL: BEWEGUNGSGESCHICHTEN  
LEBENDIG GESTALTEN  
LIZENZ: Bewegungsförderung  
TERMIN: 18.03.2023 (8 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: 65€ (95€)

**INFO:** Kinder lieben Geschichten und Kinder lieben Bewegung. Bewegungsgeschichten sind die perfekte Mischung. In dieser Fortbildung werden Anregungen gegeben, um Geschichten bewegt und lebendig zu gestalten. Es werden vorgegebene Beispiele ausprobiert, aber auch eigene Bewegungsgeschichten erarbeitet. Praktische Tipps zur Gestaltung von Stationen mit verschiedenen Materialien und auch Großgeräten vervollständigen das Angebot.



31101

TITEL: FACHTAGUNG - SPORTS4KIDS 2.0  
LIZENZ: Bewegungsförderung  
TERMIN: Sommer/Herbst 2023 (8 LE)  
ORT: Kreis Olpe  
GEBÜHR: [www.sportangebote-olpe.de](http://www.sportangebote-olpe.de)

**INFO:** Kinder erfahren ihre Welt durch Bewegung. Und es ist unsere Aufgabe, ihnen dies zu ermöglichen. Dazu gehört es Freiraum zu geben, aber gleichzeitig auch Schutz – für die Kinder wie für sich selbst. Von Risiko und Sicherheit in der Halle über Prävention sexualisierter Gewalt bis hin zur Entspannung für Kinder und Erwachsene werden vielfältige Erfahrungsmöglichkeiten geboten.

Für Pädagog\*innen, Übungsleiter\*innen, sowie alle Interessierten aus Kindergarten, Schule, Sportverein und Kinder-/Jugendarbeit öffnet dieser Fortbildungstag zahlreiche Workshops, die nach individuellem Bedarf ausgewählt werden können. Außerdem wird ein Abendprogramm angeboten, bei dem auch der eigene Bewegungsdrang und der kollegiale Austausch nicht zu kurz kommen.

23760

TITEL: "ERNST MACHT DOCH NUR SPASS!" –  
HALTUNG ZEIGEN, ABER WIE?  
LIZENZ: Übungsleiter\*in C  
Übungsleiter\*in B Sport der Älteren  
Vereinsmanager\*in C  
TERMIN: 17.06.2023 (10 LE)  
ORT: Wenden  
GEBÜHR: Kostenlos

**INFO:** Rassistische, islamfeindliche, antisemitische, homophobe, sexistische oder andere menschenverachtende und ausgrenzende Einstellungen begegnen uns alltäglich – auch im Bereich des Sports. Sie machen meistens erstmal sprachlos – und ratlos. (Rechts-) Populistische Äußerungen bringen eine Diskussion häufig zum Erliegen. Oft fehlen Handlungsrepertoire und Fachwissen, um kritische Situationen einzuschätzen, entsprechend handeln zu können, zu argumentieren und vor allem - Haltung zu zeigen. Das führt unweigerlich zu den Fragen: Wie kann ich als Einzelperson menschenfeindlichen Äußerungen und Einstellungen im Sportbereich wie auch im persönlichen Alltag etwas entgegensetzen? Welche kommunikativen Möglichkeiten habe ich, um den Standpunkt des Vereins sowie meinen Standpunkt selbstbewusster zu vertreten?

38520

TITEL: QUALIFIZIERUNG VON ANSPRECH-  
PERSONEN ZUM SCHUTZ VOR  
SEXUALISierter GEWALT IM SPORT  
LIZENZ: Sporthelfer\*in II  
Übungsleiter\*in C  
Übungsleiter\*in B Selbstbehauptung  
Übungsleiter\*in B Sport der Älteren  
Vereinsmanager\*in C  
Vereinsmanager\*in B  
TERMIN: 21./22.10.2023 (15 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: Kostenlos

**INFO:** Die Fortbildung richtet sich an Personen, die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für das Thema der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport in ihrem Bund/ Fachverband oder Verein sind.

Die Fortbildung setzt sich zusammen aus der Basisschulung: „Grundlagen der Prävention von und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Sport“; der Aufbauschulung: „Aufgabenfeld und Rollenverständnis der Ansprechperson“ und einer eintägigen Fortbildung zum Thema „Krisenintervention“.

ANMELDUNGEN UNTER:  
[WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE](http://WWW.SPORTANGEBOTE-OLPE.DE)

45500

TITEL: ACHTSAM STATT NEUNMALKLUG –  
DAMIT AUSGRENZUNG IM SPORT  
(VEREIN) KEINE CHANCE HAT!  
TERMIN: 22.03.2023 (4 LE)  
ORT: Online  
GEBÜHR: Kostenlos

**INFO:** Der öffentliche Diskurs in Deutschland hat sich verändert. Viele Menschen sind aufgrund der gesellschaftlichen Veränderungen verunsichert, manche offenbaren diskriminierende bis menschenverachtende Positionen. Die Debatten um Neuzugewanderte sind nur ein Beispiel dieser Entwicklung, die vor dem organisierten Sport (natürlich) nicht Halt macht. Es kam und kommt sogar vor, dass besonders engagierte Vereinsmitglieder oder Vorstände aufgrund ihrer weltoffenen Art angefeindet werden.



45250

TITEL: PRÄVENTION SEXUALISierter  
GEWALT  
TERMIN: 29.08.2023 (4 LE)  
ORT: Olpe  
GEBÜHR: Kostenlos

**INFO:** Das Thema „Kindeswohlgefährdung - Sexualisierte Gewalt im Sport“ ist ein gesellschaftliches Querschnitts-Problem, dem sich auch der organisierte Sport als wichtiger Teil unserer Gesellschaft stellen muss und auch tatsächlich stellt. Es ist unser Schutzauftrag als Verbände und Vereine sowie als Trainer\*in, eine gewaltfreie Atmosphäre im Verein zu schaffen, die Mitglieder und Mitarbeiter\*innen für das Thema sexualisierte Gewalt an Mädchen und Jungen im Sport aufzuklären und zu sensibilisieren. Zum Schutzauftrag der Sportvereine und Sportverbände für die besonders zu schützende Gruppe der Kinder und Jugendlichen, gehört es ebenso, Maßnahmen zur Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport zu erarbeiten, diese zu kennen und innerhalb unserer Vereinsstrukturen zu verankern.

- Vereinsinterne-Fortbildung?
- Qualifizierung vor Ort?
- Interne Beratung zu Themen des Vereinsmanagements?
- Informationsbedarf?

### Wir helfen gerne!

Wir bieten euch die Möglichkeit, im Rahmen von „Inhouse-Schulungen“ speziell auf eure Wünsche abgestimmte Themen bei euch vor Ort zu organisieren. Dies gilt sowohl für Qualifizierungen, als auch für Beratungen und Schulungen im Bereich des Vereinsmanagements.

Solltet ihr in eurem Verein, eventuell auch in Zusammenarbeit mit einem Nachbarvereinen, entsprechenden Bedarf haben, dann sprecht uns gerne an! Gemeinsam finden wir einen Termin und organisieren die passgenaue Maßnahme.



Impressum  
Aus- und Fortbildung im Sport 2023

Herausgeber  
SportBildungswerk NRW e.V.  
Friedrich-Alfred-Allee 25  
47055 Duisburg  
Vorstand: Sebastian Staats  
Telefon: 0203 395183-0  
E-Mail: info@sbw-nrw.de

VR 1919 Amtsgericht Duisburg  
Ust-IdNr. DE813879655

Außenstelle Olpe

Redaktionsleitung:  
Jenifer Wacker  
E-Mail: j.wacker@ksb-olpe.org  
Tel.: 02761/94298-11  
Außenstelle Olpe  
Bahnhofstraße 15  
57462 Olpe

Stand  
08/2022, Auflage 1.000

Druck  
FLYERALARM GmbH  
Alfred-Nobel-Str. 18  
97080 Würzburg

Bildnachweise:  
© Sportbildungswerk © Bilddatenbank Landessportbund NRW e.V.