

Bildungswerk des LSB Sachsen e.V. | Marienallee 14 b | 01099 Dresden

## Grundlehrgang: Übungsleiter\*in im Hochschulsport

Ein großer Teil des Sportangebots an sächsischen Hochschulen wird von studentischen Übungsleiter\*innen betreut und begleitet. Um die Qualität und Vielfalt der Sportgruppen aufrecht zu erhalten und zu erweitern, gibt es einen ständigen Bedarf an qualifizierten und engagierten Kurs- und Übungsleiter\*innen. Das Anliegen des Grundlehrganges ist es, elementare Grundlagen des sportlichen Übens und Trainierens zu vermitteln und so auf die Tätigkeit als Übungsleiter\*in im Hochschulsport vorzubereiten.

### Das dürfen Sie erwarten:

- Aufgabe und Rolle der Übungsleiter\*innen
- Charakteristik und Trainingsmethodik der motorischen Grundeigenschaften
- Grundlagen Trainingslehre und Sportbiologie
- Aufbau einer Übungs- und Trainingseinheit (Theorie/Praxis)

### Zielgruppe:

Dieser Lehrgang richtet sich vornehmlich an Betreuer\*innen von Sportangeboten aus dem universitären Umfeld und soll diese zur kompetenten Betreuung ihrer Angebote befähigen. Der Lehrgang bildet zugleich die Basis für weiterführende Lehrgänge sowohl im sportartübergreifenden als auch sportartspezifischen Bereich (Anerkennung durch Landesfachverbände). Aufbauend auf dem Grundlehrgang können zur Vertiefung bzw. Spezialisierung weitere Fortbildungen aus dem Angebot des Bildungswerkes belegt werden.

Kursnummer 2023\_AB64

Termin: Fr, Sa, So 10.-12.11.2023

Uhrzeit: Fr 14:00-19:45 Uhr  
Sa 09:00-20:30 Uhr  
So 09:00-18:00 Uhr

Umfang: 30 LE

Referentinnen: Anja Bargmann (M. Sc. Sportwissenschaften)  
Sarah Lorenz (M. A. Sportwissenschaften)

Lehrgangsort: Bildungswerk des LSB Sachsen e.V.  
Marienallee 14b, 01099 Dresden

Investition: Studierende: 195,00 Euro (Nachweis erforderlich)  
Andere: 285,00 Euro

Inklusive: 2 Übernachtungen im DZ  
Vollpension (2x Frühstück, 2x Mittag 2x Abendessen)

Anmeldung online unter [www.sportbildung-sachsen.de](http://www.sportbildung-sachsen.de) → Spezielle Angebote

Kontakt: Bildungswerk des LSB Sachsen e.V.  
Marienallee 14 b  
01099 Dresden  
E-Mail: [sarah.lorenz@sportbildung-sachsen.de](mailto:sarah.lorenz@sportbildung-sachsen.de)

Bildungswerk des Landessportbundes Sachsen e.V. | Marienallee 14 b | 01099 Dresden

Telefon 0351 8009973  
Fax 0351 8009926  
E-Mail [info@bw-lsbs.de](mailto:info@bw-lsbs.de)  
Internet [www.bw-lsbs.de](http://www.bw-lsbs.de)

Bank Commerzbank AG  
IBAN DE 81 8508 0000 0411 9071 00  
BIC DRESDEFF850  
Registergericht Amtsgericht Dresden

Registernummer VR 1883  
Finanzamt Dresden-Nord  
Steuernummer 202/140/09014  
Geschäftsführer Michael Sorge

