

Landesfachwartin:

Claudia Greiner, E-Mail: claudia.greiner@t-online.de

Hauptamtliche Referentin:

Alice-Nicole Coqui, Tel: 089/789909 (Mo - Do)

E-Mail: coqui@turnverband-bayern.de

Ausbildung

Das Fachgebiet Aerobic bietet die Ausbildung **Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic (1. Lizenzstufe)** an.

Die Ausbildung umfasst mind. 120 LE/UE sowie zwei theoretische Prüfungen und eine praktische Lehrprobe.

Die Ausbildung kann nur im Ganzen (Teil 1 - 5) absolviert werden. Es ist die aktive Teilnahme an allen Ausbildungseinheiten erforderlich.

Für Trainer/Übungsleiterlizenzen, die bereits eine 1. Lizenzstufe absolviert haben - nicht älter als 2 Jahre (Jahr der Prüfung + 2 Jahre) - ist der Einstieg nach 30 LE/UE (ab Teil 2) möglich. Bitte setzen Sie sich vor der Anmeldung mit uns in Verbindung.

Teil 1 und 2: Basislehrgang:

Lehrgangsinhalte Theorie: Sportorganisation, -verwaltung, -geschichte und -recht, Einführung in die Methodik und Didaktik, Grundlagen der Sportspsychologie, trainingstheoretische und sportmedizinische Grundlagen. In den Theorieeinheiten geht es vor allem um die Vermittlung der Grundlagen aus den oben genannten Bereichen, um den Teilnehmern die nötigen Basics für ihre praktische Arbeit mitzugeben.

Teil 3 bis 5: Aufbauulg., Trainingswochenende und Prüfung:

Lehrgangsinhalte Theorie: Grundlagen und Technik des Aerobictrainings, Musiklehre, Cuing, Choreografieaufbau und -methoden, theoretisches und praktisches Grundwissen im Kräftigungsbereich.

Lehrgangsinhalte Praxis: Im Vordergrund steht die Vermittlung der grundlegenden Kenntnisse der funktionellen und bewegungsbildenden Gymnastik und der Grundlagen der Fitness-Aerobic.

Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

Lg.-Nr: 11-201

Zulassungsvoraussetzungen:

Regelmäßige Teilnahme am Aerobicunterricht seit mindestens einem Jahr, uneingeschränkte Sportfähigkeit und gute Kondition. Bitte beachten Sie auch die allgemeinen Zulassungsvoraussetzungen auf Seite 7.

Termine:

Teil 1 und 2 - Basislehrgang

02.-05.06.2011 (Do 16:00 - So 12:30 Uhr)

01.-03.07.2011 (Fr 17:30 - So 12:30 Uhr)

Teil 3 - Aufbaulehrgang

10.-15.07.2011 (So 17:30 - Fr 12:30 Uhr)

Teil 4 - Trainingslehrgang

30.09.-02.10.2011 (Fr 17:30 - So 12:30 Uhr)

Teil 5 - Prüfung

21.-23.10.2011 (Fr 17:30 - So 12:30 Uhr)

Ort:

Sportschule Oberhaching
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYMCARD: 590,00 €
(Lg.-Geb. 380,00 € +OH-Pauschale 210,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYMCARD: 628,00 €
(Lg.-Geb. 418,00 € +OH-Pauschale 210,00 €)

Meldeschluss: 14.04.2011 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Ausbildung- und Lehrgangsleitung:
Claudia Greiner, E-Mail: claudia.greiner@t-online.de

Referenten: BTV-Lehrteam Aerobic

Weitere Infos bei:

Alice-Nicole Coqui, Tel: 089/789909 (Mo - Do),
E-Mail: coqui@turnverband-bayern.de

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € /Tag wird vom BTV übernommen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

Lehrgänge zur LZV

Im Rahmen der Umstrukturierung des Ausbildungssystems seit 2009 wird die bisherige "alte" ZA Aerobic (2. Lizenzstufe) im Zuge der Lizenzverlängerung in eine **1. Lizenzstufe Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic** umgeschrieben.

Zur LZV müssen 8 LE/UE fachspezifisch aus dem Bereich Aerobic absolviert werden. Die restlichen 8 LE/UE können entweder auch fachspezifisch im Fachgebiet Aerobic oder bei einen anderen zur LZV anerkannten Lehrgang absolviert werden.

Folgende Lizenzen werden verlängert:

alt: ZA-Aerobic - diese wird nach der Verlängerung in eine Lizenz der 1. Lizenzstufe Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic umgeschrieben.

neu: Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic sowie Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit (alt: BTV-T), Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere (alt: BLSV-A) und Profil Kinder/Jugendliche (alt: BSJ-J)

Für alle LZV-Lehrgänge Aerobic gilt:

Ansprechpartnerin:

Alice-Nicole Coqui, Tel: 089/789909 (Mo - Do),

E-Mail: coqui@turnverband-bayern.de

Referenten: BTV-Referententeam Aerobic, soweit nicht anders angegeben

LZV Aerobic 01 - Master Step (16 LE/UE) Lg.-Nr. 11-211**Zulassungsvoraussetzungen:**

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic und eine Step-Ausbildung ist nachzuweisen.

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: 13.-15.05.2011 (Fr 18:00 - So 12:30 Uhr)

Ort: Sportschule Oberhaching
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: 120,00 €
(Lg.-Geb. 90,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: 129,00 €
(Lg.-Geb. 99,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Meldeschluss: 28.03.2011 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Gundi Ascherl, E-Mail: Gundi.Ascherl@t-online.de

Lehrgangsinhalte: Super Choreographie!!! Doch wie bringe ich sie an die Frau oder den Mann? Dieses Wochenende wird sich nur um das Thema Choreographiemethoden, wie indirektes Einfügen und Reverse Cut sowie Unterrichtsmethoden (Antizipation) drehen. Natürlich gibt es wieder jede Menge neue Ideen. Und das Beste: Alles so vermittelt, dass du es auch mit deinen Teilnehmern nachvollziehen kannst. Freut Euch auf ein Wochenende mit viel Input und jeder Menge Spaß.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € pro Tag ist bar vor Ort zu bezahlen, genauso wie der Unkostenbeitrag von 3,00 € für das Handout. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

**LZV Aerobic 02 - Step Instructor (32 LE/UE) Lg.-Nr. 11-212****Zulassungsvoraussetzung:**

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin

Lehrgang 02.-05.06.2011 (Do 17:30 - So 12:30 Uhr)

Prüfung 02.07.2011 (Sa 09:00 - 18:00 Uhr)

Ort

Lehrgang Sportschule Oberhaching
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

Prüfung München

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: 205,00 €
(Lg.-Geb. 160,00 € + OH-Pauschale 45,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: 221,00 €
(Lg.-Geb. 176,00 € + OH-Pauschale 45,00 €)

Meldeschluss: 14.04.2011 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Claudia Greiner, E-Mail: claudia.greiner@t-online.de

Lehrgangsinhalte: Der Step, ein vielseitiges Sportgerät, das sowohl im Herz-Kreislauftraining als auch im Bereich der Kräftigung vielseitig einsetzbar ist. Die Ausbildung vermittelt die Grundlagen und die Technik des Step-Aerobic, Schrittvariationen sowie einfache und fortgeschrittene Choreographiemethoden, den Choreographieaufbau sowie die Prüfungsvorbereitung.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € pro Tag ist bar vor Ort zu bezahlen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

LZV Aerobic 03 - Work it out (8 LE/UE) Lg.-Nr. 11-213**Zulassungsvoraussetzung:**

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: 09.07.2011 (Sa 09:30 - 17:30 Uhr)

Ort: 84171 Baierbach

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: 50,00 €

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: 55,00 €

Meldeschluss: 09.06.2011 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Claudia Greiner, E-Mail: claudia.greiner@t-online.de

Lehrgangsinhalte: Der Step ist als Hilfsmittel zur Kräftigung ideal. Bekannte Übungen gewinnen an Intensität, neue Übungen bringen deine Teilnehmer ins Schwitzen. Das Thema Aerobic-Choreographie und Unterrichtsmethoden (indirektes Einfügen und Antizipation) bringen neuen Schwung und viele spannende Ideen für deinen Unterricht.

LZV Aerobic 04 - Body Power (16 LE/UE) Lg.-Nr: 11-214

Zulassungsvoraussetzung:

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: **22.-24.07.2011** (Fr 18:00 - So 12:30 Uhr)

Ort: **Sportschule Oberhaching**
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: **120,00 €**
(Lg.-Geb. 90,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: **129,00 €**
(Lg.-Geb. 99,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Meldeschluss: **06.06.2011** bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Gundi Ascherl, E-Mail: Gundi.Ascherl@t-online.de

Lehrgangsinhalte: **Theraband und Kräftigung:** Ein ideales Team. Grundlagen sowie Übungen mit und ohne Partner sind hier das Thema.

Flow Yoga: Kräftigung der "anderen Art". Hier erhaltet Ihr einen Einblick in den Ablauf des Sonnengebets mit integrieren Übungen zur Kräftigung und Haltungsschulung.

Pezziball und Bodystyling: Eine runde Sache und sehr wackelig. Die Tiefenmuskulatur wird hier gefordert und einfache Kräftigungsübungen bekommen einen neuen Stellenwert.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € pro Tag ist bar vor Ort zu bezahlen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

LZV Aerobic 05 - Dance Moves (16 LE/UE) Lg.-Nr: 11-215

Zulassungsvoraussetzung:

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: **02.-04.09.2011** (Fr 18:00 - So 12:30 Uhr)

Ort: **Sportschule Oberhaching**
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: **120,00 €**
(Lg.-Geb. 90,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: **129,00 €**
(Lg.-Geb. 99,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Meldeschluss: **18.07.2011** bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Fabian Allmacher, E-Mail: fabsall@web.de

Referenten: Esther Frangenberg und Fabian Allmacher

Lehrgangsinhalte: Ihr sucht weitere Herausforderungen im Groupfitness-Bereich? Hier ist die Antwort: Aerobic Dance Moves - eine Verschmelzung von Aerobic & verschiedenen Tanzstilen/-elementen. In diesem Lehrgang werden Choreographiemethoden und -training, sowie Tanz-Technik und persönliches Feedback groß geschrieben.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € pro Tag ist bar vor Ort zu bezahlen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

LZV Aerobic 06 - Cardio Fitness (16 LE/UE) Lg.-Nr: 11-216

Zulassungsvoraussetzung:

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: **11.-13.11.2011** (Fr 18:00 - So 12:30 Uhr)

Ort: **Sportschule Oberhaching**
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: **120,00 €**
(Lg.-Geb. 90,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: **129,00 €**
(Lg.-Geb. 99,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Meldeschluss: **26.09.2011** bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Gundi Ascherl, E-Mail: gundi.ascherl@t-online.de

Lehrgangsinhalte: Zu viele Teilnehmer für ein Training mit Hilfsmittel? Dann ist das Intervalltraining mit dem "eigenen Körpergewicht" genau das Richtige. Neue Herausforderungen bietet das Step-Intervall Training in Kombination mit dem Overball und der Callorie burner lässt bei deinen Teilnehmer den Schweiß fließen.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € /Tag ist bar vor Ort zu bezahlen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.

LZV Aerobic 07 - Up Date (16 LE/UE) Lg.-Nr: 11-217

Zulassungsvoraussetzung:

ZA Aerobic oder Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic

LZV der Lizenzen: siehe Hinweise Seite 24

Termin: **25.-27.11.2011** (Fr 18:00 - So 12:30 Uhr)

Ort: **Sportschule Oberhaching**
(Im Loh 2, 82041 Oberhaching)

TN-Gebühren

Vereinsmitglieder mit GYM CARD: **120,00 €**
(Lg.-Geb. 90,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Vereinsmitglieder ohne GYM CARD: **129,00 €**
(Lg.-Geb. 99,00 € + OH-Pauschale 30,00 €)

Meldeschluss: **10.10.2011** bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist

Meldeadresse: Bayerischer Turnverband

Lehrgangsleitung:

Gundi Ascherl, E-Mail: gundi.ascherl@t-online.de

Lehrgangsinhalte: Up to Date? Diese LZV richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse in Sachen Aerobic-Choreographie und funktioneller Gymnastik auffrischen und neue Ideen sammeln wollen. Abgerundet wird das Ganze mit einer umfangreichen Stretchingeinheit, in der Ihr die Grundlagen und Übungen für eine Stretchingstunde vermittelt bekommen.

Sonstiges: Die Bearbeitungsgebühr für die Sportschule Oberhaching in Höhe von 1,60 € /Tag ist bar vor Ort zu bezahlen. Bitte beachten Sie die weiteren Informationen zur Sportschule Oberhaching auf Seite 5.