

Aquafitness für alle - Qualifikation für Übungsleiter*innen

Lehrgangsnummer:	BFG 02/ 2025
Lerneinheiten:	16
Träger:	Hessischer Schwimm-Verband e.V.
Kosten:	80 € Vereinsmitglied (eigener Landesschwimmverband) 120 € Vereinsmitglied (externer Landesschwimmverband) 120 € Ohne Vereinsmitgliedschaft / Externe
Anmeldeschluss:	01.03.2025, 18:00 Uhr
Stornofrist:	01.03.2025

Termin

22. - 23.03.2025, 10:00 - 15:00 Uhr

Ort:	Vereinshaus Neptun Rotenburg 36199 Rotenburg an der Fulda
Referent:	Jörg Schröder

Inhaltliche Schwerpunkte

Seit fast 30 Jahren steht „Aquafitness“ synonym für ein vielseitiges und fitnessorientiertes Bewegungsangebot im Wasser. Die besonderen Wirkungen des Wassers auf den Körper ermöglichen Menschen in allen Lebensaltern und mit allen Figur-Ausprägungen mitzumachen.

Diese Fortbildung wendet sich an alle, die nicht regelmäßig Aquafitness-Gruppen leiten und Anregungen suchen, welche Übungen wozu passen, welche Hilfsmittel für welche Gruppen geeignet sind und wie mit der Bewegung im Wasser die konditionellen Fähigkeiten Ausdauer und Kraft-Ausdauer verbessert werden können.

Hinweis

Die Veranstaltung wird mit 16 LE zur Verlängerung der Lizenz Trainer C Breitensport Schwimmen mit dem Profil Erwachsene/Ältere anerkannt.

Veranstalter

Hessischer Schwimm-Verband e.V.

Der Hessische Schwimm-Verband, gegründet am 08.12.1946, ist mit seinen rund 41.000 Mitgliedern der fünftgrößte Landesverband im Deutschen Schwimm-Verband. Ansässig ist er durch seine Geschäftsstelle mit hauptamtlichem Geschäftsführer in den Räumen des Landessportbundes in Frankfurt am Main.

Zu seinen Aufgaben gehört die Förderung des gesamten Schwimmsports (Schwimmen, Wasserspringen, Synchronschwimmen, Wasserball) sowohl im Leistungs- und Wettkampf-, als auch im Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport.

Durch Aus- und Fortbildungsmaßnahmen werden Trainer gezielt geschult und auch die Kooperation von Schule und Verein, mit Projekten wie „Jugend trainiert für Olympia“ etc., sowie die Förderung des Anfängerschwimmens durch das Projekt "Hessen-lernt-schwimmen" sind wichtige Bestandteile der Arbeit.