

Sportkreises Odenwald stellt Lehrgangsprogramm 2011 vor

Breites Spektrum des Gesundheits- und Trendsports

Der Sportkreis Odenwald bietet auch in diesem Jahr wieder eine Reihe von Lehrgängen zur Fortbildung von Übungsleiter/innen an, die vom Landessportbund Hessen zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz anerkannt werden. Unter den insgesamt elf Kursen sind vier Lehrgänge der Sportjugend im Sportkreis enthalten, die alle in der Sporthalle in Kirchbrombach stattfinden und von der Jugendbeauftragten im Sportkreis, Dagmar Emig-Mally (Brombachtal) organisiert werden. Bis auf einen Lehrgang, der in der Sporthalle der TSG Steinbach stattfindet, sind die restlichen Fortbildungsveranstaltungen allesamt im Sportheim der TSG Momart. Wie die Referentin für Fortbildung im Sportkreis, Christel Zill (Momart), die auch Referentin in Diensten des Landessportbundes Hessen ist, ergänzt, ist es gelungen mit den Themen der Lehrgänge ein breites Spektrum des Gesundheitssports und der Trendsportarten abzudecken. Die Seminare finden samstags oder sonntags jeweils von 10 bis 17 Uhr statt und können auch von Übungsleiter/innen und Interessierten gebucht werden, die nicht im Besitz einer Übungsleiterlizenz sind.

Die Kurse eröffnet die Sportjugend am Sonntag, 16. Januar in der Kirchbrombacher Sporthalle mit einer Videoclipdancing-Unterweisung, die von Maren Faulstich geleitet wird. Am Samstag, 29. Januar folgt in der Sporthalle der TSG Steinbach unter dem Titel „Mit Schwung ins neue Jahr“ der zweite Kurs mit der Referentin Simone Müller, die wieder mit und ohne Kleingeräte spannende trendige Bewegungsideen vermittelt.

Einen Tag später, am Sonntag, 30. Januar, schließt sich der zweite Lehrgang der Sportjugend in der Kirchbrombacher Sporthalle an, der unter dem Schlagwort steht

„Entspannung für Kids“, von Christiane Hosemann geleitet wird und den Übungsleitern Kenntnisse über unkomplizierte Entspannungs- und Konzentrationsübungen aus verschiedenen Bereichen vermitteln soll. Christel Zill geht dann am Samstag, 26. Februar in Momart in ihrem Seminar auf die „Neue Rückenschule“ ein.

Am Samstag, 26. März bietet Heike Nees in Momart zum Thema „Pilates in Balance“ Einsteigern wie auch bereits geübten Pilates-Könnern ein intensives Training der gesamten Rumpf- und Stützmuskulatur.



*Fit für den Sportbetrieb in den Vereinen sollen die Übungsleiterinnen und Übungsleiter bei den Lehrgängen gemacht werden, die auch in diesem Jahr wieder der Sportkreis anbietet. Unser Foto zeigt eine Szene vom Lehrgang im Januar 2010 in der Sporthalle in Steinbach.
(Foto: Gerd Waßner)*

„Trommelaerobics“ nennt sich der Lehrgang der Sportjugend am Sonntag, 3. April in Kirchbrombach mit der Referentin Simone Conrad, der Rhythmusgefühl, Ausdauer und Bewegungskoordination verbessern helfen soll. Im Mai (Termin wird noch bekannt gegeben) folgt in Momart mit Jens Lapp ein weiterer Kurs, der sich mit der Herzfrequenzmessung bei Dauerbelastung befasst und als Vorbereitung für den an Pfingst-Sonntag geplanten Sportkreis-Nordic-Walking-Zielzonenlauf dient.

In der Zeit von Juni bis September ruht der Fortbildungsbetrieb, ehe es dann am Samstag, 15. Oktober in Momart weitergeht mit den Unterweisungen in das Smisek-Rückentrainings-System durch Christel Zill. „Pilates in Bewegung“ ist der Titel des nächsten Lehrgangs für Fortgeschrittene am Samstag, 29. Oktober in Momart mit Heike Nees. Am Sonntag, 30. Oktober ist in Kirchbrombach ein Lehrgang der Sportjugend mit Eva Simon unter dem Titel „Positiver Umgang mit Kindern und Jugendlichen im Sport“, bei dem pädagogische Grundlagen und konkrete Erziehungsstrategien vorgestellt, erarbeitet und eingeübt werden. Im Oktober ist außerdem in Momart eine Unterweisung von Grundlagen des QiGong mit Ulla Bremer als Referentin vorgesehen, der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.

Anmeldungen zu den Veranstaltungen der Sportjugend nimmt Dagmar Emig-Mally, Brombachtal, Telefon 06063 4644, E-Mail: dagmar.emig-mally@web.de entgegen und zu den anderen Kursen Christel Zill, Momart, Telefon 06063 4332, E-Mail: zill-momart@gmx.de oder Patrick Jentner von der Servicestelle des Sportkreises, Telefon 06062 70127, E-Mail: p.jentner@odenwaldkreis.de (Waßner)