

## **Qualifizierung im Sport**

**Bottrop – Essen – Mülheim – Oberhausen (QZ BEMO)**

Zusatz-Planung 2025:

# **Basismodul Übungsleiter\*in-C, Trainer\*in-C und Jugendleiter\*in**

Um deine Begeisterung und Freude für den Sport weiterzugeben und kompetent mit Sportgruppen zu agieren, nimm jetzt an unserem Basismodul teil! Starte deinen Weg zur lizenzierten Übungsleiterin oder zum lizenzierten Übungsleiter.

### **Inhalte des Basismoduls:**

In diesem Basismodul machst du erste Erfahrungen im Anleiten von Gruppen. Du erwirbst dafür das theoretische Hintergrundwissen von erfahrenen Übungsleiter\*innen, die dich in deiner Entwicklung begleiten. Zudem setzt du dich mit sportwissenschaftlichen Aspekten wie der Koordination auseinander.

Zusammen in einer Gruppe mit weiteren angehenden Übungsleiter\*innen wird der Spaß im Ausprobieren neuer Spiele und Übungsideen nicht zu kurz kommen. Gemeinsam macht ihr euch auf den Weg, begeisterte Übungsleiter\*innen zu werden!

**Lehrgangsnummer:** 2025-20006

**Veranstaltungsort:** Haus des Sports, Planckstraße 42, 45147 Essen

|                 |                        |                   |     |
|-----------------|------------------------|-------------------|-----|
| <b>Termine:</b> | Sonntag, 29. Juni 2025 | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS |
|                 | Samstag, 5. Juli 2025  | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS |
|                 | Sonntag, 6. Juli 2025  | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS |

**Referent:** Jörg Bosak

**Kosten:** Die Teilnahme ist kostenlos

**Anmeldung und weitere Informationen:** Essener Sportbund e.V.  
Planckstr. 42, 45147 Essen  
Tel.: 0201-8146-101  
E-Mail: [bewegungsangebote@essener-sportbund.de](mailto:bewegungsangebote@essener-sportbund.de)

## Qualifizierung im Sport

Bottrop – Essen – Mülheim – Oberhausen (QZ BEMO)

Zusatz-Planung 2025:

# Übungsleiter\*in-C Breitensport Aufbaumodul Kinder und Jugendliche

In diesem Aufbaumodul lernst du wie Sportangebote für Kinder und Jugendliche und jungen Erwachsenen geplant und umgesetzt werden. Die sportmotorischen Entwicklungsstufen dieser Zielgruppe, Aspekte der Trainingswissenschaft mit den Themen Ausdauerförderung, Kraft- und Koordinationstraining und der Einsatz von Spiel- und Übungsformen sind Teil der Übungsleiter\*innen-Ausbildung. Zudem setzt du dich mit Gruppenprozessen, deinem Auftreten vor Gruppen und der Lösung von möglichen Konflikten auseinander. Auch gesellschaftspolitische Themen wie der Umgang mit Vielfalt, Integration und Inklusion, die Auseinandersetzung mit den eigenen Werten sowie Schutz vor sexualisierter Gewalt sind Teil dieser Ausbildung.

All das erarbeitest du mit deiner Gruppe in praktischen Übungen und Spielen, in denen der Spaß nicht zu kurz kommt.

**In diesem Lehrgang wird die Hospitation in einer Kindertagesstätte/Grundschule zusammen mit dem Essener Sportbund durchgeführt.**

**Lehrgangsnummer: 2025-21000**

**Veranstaltungsort: Haus des Sports, Planckstraße 42, 45147 Essen**

### Termine:

|                             |                   |               |
|-----------------------------|-------------------|---------------|
| Sonntag, 31. August 2025    | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS           |
| Samstag, 13. September 2025 | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS           |
| Sonntag, 14. September 2025 | 09.00 – 15.00 Uhr | HdS           |
| Samstag, 20. September      | 09.00 – 17.00 Uhr | Haus Scheppen |
| Sonntag, 21. September      | 09.00 – 15.00 Uhr | Haus Scheppen |
| Freitag, 3. Oktober         | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS           |
| Samstag, 4. Oktober         | 09.00 – 17.00 Uhr | HdS           |
| Sonntag, 5. Oktober         | 09.00 – 14.00 Uhr | HdS           |
| Samstag, 8. November 2025   | 10.00 – 16.00 Uhr | Messe Essen   |
| Sonntag, 9. November 2025   | 09.00 – 14.00 Uhr | HdS           |

**Referent:** Jörg Bosak

**Kosten:** Die Teilnahme ist kostenlos

**Anmeldung und weitere Informationen:** Essener Sportbund e.V.  
Planckstr. 42, 45147 Essen  
Tel.: 0201-8146-101  
E-Mail: [bewegungsangebote@essener-sportbund.de](mailto:bewegungsangebote@essener-sportbund.de)

## Einladung zum Vortreffen & Kennenlernen

Du bist herzlich eingeladen zu unserem Vortreffen – einer entspannten Runde bei Tee und Gebäck, um uns und die Gruppe kennenzulernen!

✿ Was erwartet dich?

- Ein erstes Kennenlernen des Veranstalters und der Lehrgangsleitung
- Die Gelegenheit, deine Fragen zu stellen und mehr über die Ausbildung zu erfahren
- Ein kleines Kennenlernspiel, um in lockerer Atmosphäre ins Gespräch zu kommen

Nutze die Chance, deine Begeisterung für den Sport zu entdecken und dich auf eine großartige Zeit einzustimmen.

Wir freuen uns auf dich! 😊

**Veranstaltungsort:** Haus des Sports, Planckstraße 42, 45147 Essen

**Termine:** Dienstag, 20. Mai 2025 17.00 – 18.00 Uhr

**Referent:** Jörg Bosak

**Kosten:** Die Teilnahme ist kostenlos

**Anmeldung und weitere Informationen:** Essener Sportbund e.V.  
Planckstr. 42, 45147 Essen  
Tel.: 0201-8146-101  
E-Mail: [bewegungsangebote@essener-sportbund.de](mailto:bewegungsangebote@essener-sportbund.de)