

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband
Fortbildungs-Programm 2024



Lehrgangsart	Seminarnr.	Fortbildungstitel	Termin	Ort	Lizenzverlängerung	
Präsenz- Fortbildungen	BF 10/24	Einsatz der Lang- und Kurzhantel im Krafttraining	11.02.2024	Hannover	8 LE	C, B
	BF 9/24	Einweisung in das DLV-Kursprogramm "Outdoor Athletics" (SPORT PRO GESUNDHEIT-Siegel und ZPP-Anerkennung)	17.02.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	BF 8/24	Einweisung in die DLV-Kursprogramme "Ausdauer auf Dauer" und "Laufend unterwegs" (SPORT PRO GESUNDHEIT-Siegel und ZPP-Anerkennung)	18.02.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	FP 1/24	Krafttraining im Kindes- und Jugendalter	18.02.2024	Hannover	8 LE	C
	BF 13/24	Fortbildung: Erste Schritte Nordic Walking - Erlernen der A-Technik	24.02.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	FP 2/24	Einfache und praktikable Stundenbeispiele für das Erlernen von Grundtechniken im Kindesalter U8-12	02.03.2024	Hannover	8 LE	C
	SF 1/24	NLV-Kongress Wettkampf und Leistung	10.03.2024	Hannover	8 LE	C, B
	FP 3/24	Trainingslager vielfältig gestalten	02.03.2024	Sprötze	8 LE	C
	FP 4/24	Notwendige Grundfertigkeiten und Fähigkeiten für das Grundlagentraining	17.03.2024	Lüchow	8 LE	C
	FP 5/24	Kinderleichtathletik von A – Z	06.04.2024	Göttingen	8 LE	C
	FP 6/24	Propriozeption als Prävention vor Verletzungen	06.04.2024	Hannover	8 LE	C, B, ÜLB
	FP 7/24	Prävention und Konfliktmanagement im Sport	07.04.2024	Hannover	8 LE	C, B, ÜLP
	FP 8/24	Mentale Wettkampfvorbereitung	13.04.2024	Hannover	8 LE	C, B
	FP 9/24	Hammerwurf für Anfänger und Fortgeschrittene	20.04.2024	Hannover	8 LE	C, B
	FP 10/24	Praxisimpuls: Natural Fitness	27.04.2024	Hannover	8 LE	C
	BF 11/24	Fit & Agil in allen Lebensphasen	02.06.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	BF 14/24	"Ich habe Rücken" - Rückengesundheit für Leichtathleten	16.06.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	BF 12/24	Individuelle Technikanalyse und -beratung für Nordic Walking	31.08.2024	Hannover	8 LE	C, ÜLB
	FP 11/24	Turnen für Leichtathleten	n.n.	n.n.	8 LE	C, B
	FP 12/24	Sprungkrafttraining	08.09.2024	Oldenburg	8 LE	C, B
	FP 13/24	Blockfortbildung Wurf	14. & 15.09.2024	Hannover	15 LE	C
	FP 14/24	Begeisternde Praxisbeispiele in der Kinder- und Jugendlleichtathletik: Spielerisch entdecken, erleben und wachsen	21.09.2024	Oldenburg	8 LE	C
	FP 15/24	Krafttraining für das Werfen und Stoßen	22.09.2024	Hannover	8 LE	C, B
	FP 16/24	Alternatives Speerwurf Training/ alternative Wurfschule im Saisonaufbau (Oktober - März)	26.10.2024	Wehdel	8 LE	C, B
	FP 17/24	Sprint und Staffel im Grundlagentraining	26.10.2024	Hannover	8 LE	C, B
	SF 3/24	NLV-Kongress Bewegung und Gesundheit	27.10.2024	Hannover	8 LE	C, B, ÜLB
	FP 18/24	Materialeinsatz im Kindertraining	09.11.2024	Hannover	8 LE	C
	FP 20/24	Schnelligkeitsentwicklung für Sprint und Sprung	09.11.2024	Bothel	8 LE	C, B
	FP 21/24	Spiele und Trendsportarten, die gut in das Leichtathletiktraining integriert werden können	16.11.2024	Hannover	8 LE	C
	FP 22/24	Workshop "Kinderschutz im Verein"	16.11.2024	Rotenburg	8 LE	C, B, ÜLB
	FP 23/24	Prävention von typischen Verletzungen in der Leichtathletik	16. & 17.11.2024	Hannover	15 LE	C, B, ÜLB
	FP 19/24	Kleine Spiele und Erlebnispädagogik	23.11.2024	Osnabrück	8 LE	C
FP 24/24	Leistungsentwicklung im Weitsprung	23.11.2024	Hannover	8 LE	C, B	
FP 25/24	Rhythmisches Laufen & Hürdensprint	30.11.2024	Hannover	8 LE	C, B	
BF 15/24	Funktionelles Training: Basic-Ausbildung (für Einsteiger)	n.n.	n.n.	8 LE	C, ÜLB	
BF 16/24	Funktionelles Training: Advanced-Ausbildung (für Fortgeschrittene)	n.n.	n.n.	8 LE	C, B	

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband
Fortbildungs-Programm 2024



Lehrgangsart	Seminarnr.	Fortbildungstitel	Termin	Ort	Lizenzverlängerung	
Zertifikats-Ausbildungen	BF 1/24	Basic Level (Stufe 1) - Ausbildung zum Lauf- & Walking-Coach	02. & 03.03.2024	Hannover	15 LE	C, ÜLP
	BF 5/24	Ausbildung zum Nordic Walking-Trainer	09. & 10.03.2024	Hannover	15 LE	C, ÜLP
	BF 2/24	Basic Level (Stufe 1) - Ausbildung zum Lauf- & Walking-Coach	16. & 17.03.2024	Müden/Örtze	15 LE	C, ÜLP
	BF 4/24	Level 1 (Stufe 2) - Ausbildung zum Lauf- & Walking-Coach	06. & 07.04.2024	Hannover	15 LE	C, ÜLP
	BF 3/24	Basic Level (Stufe 1) - Ausbildung zum Lauf- & Walking-Coach	20. & 21.04.2024	Lastrup	15 LE	C, ÜLP
	BF 6/24	Ausbildung zum Nordic Walking-Trainer	10. & 11.08.2024	Altendorf	15 LE	C, ÜLP
	BF 7/24	Level 1 (Stufe 2) - Ausbildung zum Lauf- & Walking-Coach	14. & 15.09.2024	Hannover	15 LE	C, ÜLP
Online-Fortbildungen	FO 1/24 a-c	Online-Seminar-Reihe: Start your year right		Online		
	FO 1/24 a	Start your year right: Effektive Hacks & Workouts für deinen Start ins neue Jahr	15.01.2024		3 LE	C
	FO 1/24 b	Start your year right: Biohacking - Einstieg in die Leistungsoptimierung	29.01.2024		3 LE	C
	FO 1/24 c	Start your year right: Schlaf - ein häufig unterschätzter Faktor? Wie wichtig ist Schlaf wirklich?	19.02.2024		2 LE	C
	FO 2/24 a-d	Online-Seminar-Reihe: Ernährungskompetenz im Sport		Online		
	FO 2/24 a	Ernährungskompetenz im Sport: 1x1 der Lebensmittel - Was darf, was kann, was eher nein?!	17.01.2024		2 LE	C, B, ÜLB
	FO 2/24 b	Ernährungskompetenz im Sport: Sportliche Durstlöscher - Hilfreich oder doch eher nur Marketing?!	10.04.2024		2 LE	C, B, ÜLB
	FO 2/24 c	Ernährungskompetenz im Sport: Essen im Training und Wettkampf - Lecker und mehr!	07.08.2024		2 LE	C, B, ÜLB
	FO 2/24 d	Ernährungskompetenz im Sport: Essverhalten für Jung und Alt - Pfunde müssen nicht sein!	20.11.2024		2 LE	C, B, ÜLB
	FO 3/24	Einstieg in die Kinderleichtathletik	15. & 22.02.2024	Online	4 LE	C
	FO 4/24	Kommunikationsstrategien für Trainer*innen und ihre Auswirkungen auf die Leistung der Athlet*innen	06.03.2024	Online	2 LE	C, B, ÜLB
	FO 5/24 a-d	Online-Seminar-Reihe: Trainingsbeispiele für jedes Quartal in der Kinderleichtathletik		Online		
	FO 5/24 a	Trainingsbeispiele für jedes Quartal in der Kinderleichtathletik (Frühjahr)	14.03.2024		2 LE	C
	FO 5/24 b	Trainingsbeispiele für jedes Quartal in der Kinderleichtathletik (Sommer)	20.06.2024		2 LE	C
	FO 5/24 c	Trainingsbeispiele für jedes Quartal in der Kinderleichtathletik (Herbst)	26.09.2024		2 LE	C
	FO 5/24 d	Trainingsbeispiele für jedes Quartal in der Kinderleichtathletik (Winter)	12.12.2024		2 LE	C
	FO 6/24	Schmerzen im Breiten- und Leistungssport	23.10.2024	Online	2 LE	C, B, ÜLB
FO 7/24	Coaching im Sport - Trainer sind mehr als nur Techniklehrer	06. & 13.11.2024	Online	4 LE	C, B, ÜLB	