

# Akademie-Forum „All about Fitness meets Fitness 2.0“

Freitag, 08. November 2024, bis Sonntag, 10. November 2024

Am gesamten Wochenende erwartet Dich ein bunt gemischtes Workshop-Programm aus den Fitness-Bereichen Groupfitness, Functional-/Crossfitness und BodyMind sowie einigen Spezial-Themen, die vielleicht auch kurzfristig noch ins Workshop-Programm rutschen werden. Aus fast 40 Workshops kannst Du acht auswählen und so dein individuelles Wochenende zusammenbauen.

Ein Highlight des Wochenendes wird Marc Rohde sein. Der Gesundheits- und Fitnessexperte gibt mit einer Keynote zu Wertschätzung sowie Anerkennung als Motivationstool sowie Führungstechnik von und für Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen am Samstag einen Impuls. Zusätzlich wird er durch zwei Workshops zu den Themen „Future of Fitness“ und „Kettlebell Flows - mit Spaß zur Allover-Fitness“ begeistern, um möglichst vielen Teilnehmer\*innen Anregungen für die eigene Arbeit zu geben.

Insgesamt werden von allen Referent\*innen viele Ideen für Übungs- und Trainingsstunden vermittelt und natürlich auch praktisch umgesetzt. Der Schwerpunkt liegt auf aktuellen Fitnessangeboten für drinnen und draußen. Das Wochenende richtet sich an Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen aus den Bereichen Fitness und Gesundheit, Männer und Frauen zwischen 20 und 80 Jahren.



IM LANDESPORTBUND  
NIEDERSACHSEN E.V.



## Programmablauf:

Freitag	Begrüßung	WS 1.1
		WS 1.2
		WS 1.3
		WS 1.4

WS = Workshop

Samstag	WS 2.1	Keynote Marc Rohde	WS 3.1	WS 4.1	WS 5.1
	WS 2.2		WS 3.2	WS 4.2	WS 5.2
	WS 2.3		WS 3.3	WS 4.3	WS 5.3
	WS 2.4		WS 3.4	WS 4.4	WS 5.4
	WS 2.5		WS 3.5	WS 4.5	
	WS 2.6		WS 3.6	WS 4.6	

■ Akademie-Angebote mit Marc Rohde

Keynote: Fitness-Trainer\*in – der beste (Neben)Job der Welt!

WS 3.6: Future of Fitness (Theorieworkshop)

WS 4.6: Kettlebell Flows - mit Spaß zur Allover-Fitness. (Praxisworkshop)

Sonntag	WS 6.1	WS 7.1
	WS 6.2	WS 7.2
	WS 6.3	WS 7.3
	WS 6.4	WS 7.4
	WS 6.5	WS 7.5
	WS 6.6	WS 7.6



© vectorfusionart / stock.adobe.com

### ANMELDUNG unter:

[www.akademie.lsb-nds.de/all-about-fitness](http://www.akademie.lsb-nds.de/all-about-fitness)

FRIST ist der 30. September 2024

Ort: Landesturnschule Melle,  
Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 16, 49324 Melle

### Zeit

Beginn Freitag: 17:00 Uhr

Ende Sonntag: 13:00 Uhr

### Teilnahmegebühr:

- Teilnehmer\*innen aus Mitgliedsvereinen des LSB Niedersachsen e. V. 80,00 €
- alle anderen Teilnehmer\*innen 160,00 €

Dies ist eine gemeinsame Veranstaltung der Akademie des Sports im LandesSportBund Niedersachsen e.V. und des Niedersächsischen Turner-Bundes (NTB).

Die Teilnahme an der gesamten Veranstaltung wird vom LSB Niedersachsen mit 15 LE für die Verlängerung der Übungsleiter C-Lizenz und vom NTB für die Lizenzen der 1. Lizenzstufe Trainer C Fitness & Gesundheit, Fitness-Aerobic, Gymnastik-Rhythmus-Tanz sowie ÜL-C Erwachsene-Ältere anerkannt.

### HINWEIS:

Jeder/Jede, der/die sich ab sofort anmeldet, übernachtet in einem Hotel in der Nähe der Landesturnschule (LTS) Melle! Die Zimmer in der LTS Melle sind bereits ausgebucht. Selbstverständlich entstehen keine zusätzlichen Kosten.

Der LSB Niedersachsen und die Akademie des Sports werden durch Mittel der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen gefördert.



Niedersachsen