

Fortbildungsprogramm 2024

Erwachsenensportleitende PS LU

PRO SENECTUTE
Bildung+Sport

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Module Fortbildung esa*: Thema 2024/25 «Innovieren und Umfeld pflegen»

Fortbildungspflicht: 2jährlich

Kurs	Sportart	Datum	Kursort	Zeit	Zusatzinfo	Kursleitung (Exp.)
103	Fitgym	27.01.2024	Sursee Schulhaus Neufeld	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Expertinnen-Team PS LU
104	Fitgym	23.03.2024	Emmen Schulhaus Krauer	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Expertinnen-Team PS LU
105	Wandern	30.04.2024	Umgebung Luzern	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen" Übergänge T2/T3, Sicherheit	Barbara Vanza Mark Lötscher
106	Tanzen	25.09.2024	Luzern Viva Luzern, Saphir	09.00 – 16.30	"Innovieren + Umfeld pflegen" Internationale Volkstänze	Käthy Häcki
107	Fitgym	19.10.2024	Willisau Schulhaus Schloss	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Expertinnen-Team PS LU

Fortbildung PS LU

Kurs	Wer	Datum	Kursort	Zeit	Kursinhalt	Kursleitung
001	neue esa- Leiter/innen	07.06.2024	Luzern, PS LU Maihof	14.00 – 16.00	Einführungsnachmittag Einladung durch PS LU	Michèle Albrecht Corinne Kathriner
002	Indoor	24.02.2024	Luzern, DG Freiraum Bruchstrasse 10	09.00 – 12.00	Integration von Elementen des Yoga in Turnlektionen	Selina Vanza
003	Indoor	09.03.2024	Horw TH Allmend	09.00 – 12.00	Fitgym mit Intervall-Training	Jolanda Odermatt
004	Indoor	27.04.2024	Wolhusen TH Rainheim	09.00 – 12.00	Bewegung auf und um den Stuhl Kraft, Beweglichkeit, Koordination	Melanie Tresch
005	Indoor	07.09.2024	Sempach Station TH Schulhaus	09.00 – 12.00	Auf Matten stehen, spielen, liegen... Trainingsgerät Matten	Barbara Vanza
006	Indoor	21.09.2024	Kriens, Studio Bewegung4you	09.00 – 12.00	Faszientraining "wer sich nicht bewegt verklebt"	Nina Koopmann
007	Indoor/ Tanzen	25.10.2024	Luzern Viva Luzern, Saphir	09.00 – 12.00	Einfache Mitmachtänze Kreativität für jede Lektion	Käthy Häcki
008	Alle/ Outdoor	07.11.2024	Luzern Schulhaus Säli	19.30 – 21.30	Nothilfe – Kreislaufprobleme und Reanimation	Samariterverein Luzern Pilatus
009	Indoor	23.11.2024	Willisau TH Schloss	09.00 – 12.00	New Games neu entdecken Spiele für eher starke Gruppen	Anita Tulusso

Fortbildung Wasserfitness PS LU

010	Wasser- fitness	20.11.2024	Horw, Hallenbad Schulhaus Spitz	19.00 – 21.00	Wasser-Gymnastik	Judith Bollinger
-----	--------------------	------------	------------------------------------	---------------	-------------------------	------------------

Fortbildung Tennis PS LU

-	Tennis	04.03.2024	Dierikon Sportcenter Rontal		Einspielformen mit Klein- und Grossgruppen	Michel Bättscher
---	--------	------------	--------------------------------	--	---	------------------

Kursorganisation

Module Fortbildung esa* (Erwachsenensport)

Grundsätzlich gilt für alle aktiven Erwachsenensportleitenden sämtlicher Sportarten: **Alle zwei Jahre** ist der Besuch eines Moduls Fortbildung **obligatorisch**. **Ausnahme «Tanzen»: jährliche Fortbildung ist Pflicht**. Die Module Fortbildung sind **sportartenübergreifend**. Leitende, welche in mehreren Sportarten im Einsatz stehen, besuchen das Modul Fortbildung in der Hauptsportart.

Fortbildungen, Zusatzangebot Pro Senectute Kanton Luzern (PS LU)

Wir bieten euch weiterhin fachlich fundierte, fakultative und kostenlose Fortbildungskurse an.

Anmeldung

Wir nehmen Anmeldungen über unsere Website oder telefonisch entgegen. Aktive Leitende können sich für **maximal drei kostenlose Kurse** pro Jahr anmelden. Die Anmeldungen sind verbindlich. Bei freien Plätzen ist eine weitere Anmeldung per Telefon ab einer Woche vor Kurs möglich. Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Bei Überzahl führen wir eine Warteliste.

Anmeldung über unsere Website (Link)

www.lu.prosenectute.ch/Anmeldung-Sportleitende

Abmeldung

Leitende PS LU, bei Abmeldung **ab 14 Tagen und weniger** vor Kursdatum wird eine **Bearbeitungsgebühr von CHF 35.-**, bei **unentschuldigtem Fernbleiben von CHF 50.-**, in Rechnung gestellt. Für externe Teilnehmende gelten unsere

Kursannullierung / Warteliste

Bei einer Kursannullierung informieren wir euch so früh wie möglich. Bei ausgebuchtem Kurs führen wir eine Warteliste und werden euch, sofern ein Platz frei wird, kontaktieren.

Kurskosten

Halbtägige Fortbildungskurse CHF 50.- / Modul Fortbildung esa* CHF 130.-.

Für Gruppenleiter/innen, welche sich für Pro Senectute Kanton Luzern regelmässig freiwillig engagieren, sind die obligatorischen Module Fortbildung esa und die Fortbildungskurse PS LU kostenlos.