

# BADEN-WÜRTTEMBERGISCHER GEWICHTHEBERVERBAND e. V.

Fachverband für Gewichtheben, Kraftdreikampf, Breitenkraftsport &  
Grundlagentraining im Kraft und Fitnessbereich



## AUSSCHREIBUNG ZUR WLSB-MODULAUSBILDUNG

WLSB-Modulausbildung "Aktiv älter werden"

Lizenzverlängerung "Kraft und Fitness" DOSB

### Lehrgangszeitraum:

14.06.2025 – 15.06.2025

### Veranstalter:

Baden-Württembergischer  
Gewichtheberverband e.V.

### Ort:

AC Weinheim  
Waidallee 8  
69469 Weinheim

### Preise:

Die Kosten für Ausbildung, inklusive Mittagessen sowie die Tagungsgetränke betragen 120,00 Euro.

Übernachtungen sind in Eigenverantwortung zu buchen.

Der Gesamtbetrag von 120 Euro für die Ausbildung sind nach Bestätigung der Anmeldung und Erhalt der Rechnung durch den Baden-Württembergischen Gewichtheberverband, innerhalb von zehn Tagen zu bezahlen.

### Anmeldung:

Interessenten können sich über das Web-Formular des Baden-Württembergischen Gewichtheberverbandes anmelden ([www.bwg-gewichtheben.de](http://www.bwg-gewichtheben.de)).

Anmeldeschluss ist der 03. Mai 2025. Anmeldungen werden in der Reihenfolge berücksichtigt, in der sie eingegangen sind! Die Bestätigung der verbindlichen Anmeldung erfolgt mit der Bezahlung der Rechnung. Eine Abmeldung und Erstattung der Kosten ist nur bis zum 03. Mai 2025 möglich, danach werden bei Nichtantreten des Lehrganges, keine Kosten mehr erstattet. Die Mindestteilnehmerzahl für die Fortbildung beträgt mind. 10 Personen. Wird die Mindestzahl nicht erreicht, behalten wir uns vor die Fortbildung abzusagen.

### Inhalte der Ausbildung:

Schwerpunkte der Ausbildung sind u.a.:

**Theorie:** Grundlagen der Krafttrainingslehre, Methoden des Krafttrainings, Fitness- und Gesundheitslehre, Spezifische Kraft- und Fitnessprogramme.

**Praxis:** Gerätegestütztes Training, Freihanteltraining, Funktionaltraining (verschieden Levels), Entspannungstechniken.

Die Fortbildung kann auch zur Lizenzverlängerung Breitensport genutzt werden und wird mit 16 LE angerechnet. Die Lizenzgebühren an den BVDG von 25 Euro werden separat berechnet.

### Ansprechpartner:

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die E-Mail-Adresse: [gewichtheberverband@online.de](mailto:gewichtheberverband@online.de)