



**Verband für  
Modernen Fünfkampf NRW e.V.**



**Deutscher Verband  
für  
Modernen Fünfkampf e.V.**

Einladung und Ausschreibung zur Fortbildung:

## **Sturzprophylaxe**

Termin:	09.10.2011, 9.00 - 17.30 Uhr
Ort:	SG Langenfeld, Langforter Str.72, 40764 Langenfeld
Leitung:	<u>Barbara Peilstöcker</u> : Diplomsportlehrerin und Sporttherapeutin, Referentin des DVGS.
Veranstalter:	Freizeit- und Breitensportverband NRW e.V. in Kooperation mit dem Verband für Modernen Fünfkampf NRW e.V.
Gebühren:	€ 89,- pro Teilnehmer für Mitglieder des FBV und LV MFK € 99,- pro Teilnehmer für Externe Volksbank Rhein Wupper e.G., Konto: 14 09 03 70 18, BLZ 375 600 92
Teilnehmerkreis:	Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer, Übungsleiter
Inhalte:	<u>Seminarinhalte</u> : Mehr als ein Drittel der über 60-jährigen stürzen einmal im Jahr. Ein Sturz hat für den Betroffenen oft schwerwiegende Auswirkungen. Neben den physischen Folgen, wie Knochenbrüche oder Schädel-Hirn-Traumen, kommt es auch zu psychischen Reaktionen wie Angst und Rückzug. Im Rahmen der präventiven Sport- und Bewegungstherapie bestehen zahlreiche Interventionsmöglichkeiten durch Sturzprophylaxe, die in diesem Seminar vorgestellt werden. Dabei liegt der Schwerpunkt auf der Vermittlung der Praxis, wie z.B. üben im Gleichgewichtsparcours und Multi-Tasking-Training. Ergänzt wird der Lehrgang durch Informationen zu Sturzursachen und zum Erkennen von Sturzgefährdung. Mögliche Trainingseinheiten werden ebenfalls erarbeitet.
Teilnehmerzahl:	Mindestteilnehmerzahl: 12, maximale Teilnehmerzahl: 20
Abschluss:	Zertifikat, 10 LE zur Lizenzverlängerung der ÜL C Lizenz. sowie der ÜL B Lizenz P - Haltung und Bewegung