



Niedersächsischer Skiverband e.V. „125 Jahre“

Am Rathaus 3, 38678 Clausthal-Zellerfeld

Referent Nordic / Stützpunktleiter AZ Harz

Dieter Lühning
Rosenbuschweg 20
30453 Hannover
Fon: 0511- 48 12 76 bzw. 0159 - 01 76 26 98
E-Mail: dieter.luehning@online.de
nsv.nordic@gmail.com

DSV Nordic Walking Trainer - Fortbildung Hannover LSB Niedersachsen Diese Fortbildung wird für die Lizenzverlängerung DSV-Card / DOSB-Lizenz anerkannt.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Fortbildung:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen
- Mitgliedschaft in einem Sportverein, der einem Landesskiverband angeschlossen ist
- Besitz einer Übungsleiterlizenz des DSV / Nachweis einer bereits absolvierten Ausbildung in einem Landesskiverband

Termin: 24. + 25.04.2021 Anmeldeschluss: 18.04.2021

Ausbildungsort:	LSB Niedersachsen, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover
Ausbildungsleitung:	Dieter Lühning
Ausbilder:	Dieter Lühning und Tim Fischer, NSV Nordic - Ausbildungsteam Harz
Organisation:	Dieter Lühning, NSV Referent Nordic
Organisation vor Ort:	Dieter Lühning und Tim Fischer
Lehrgangsgebühren:	100 € pro Person für die zweitägige Fortbildung, zahlbar vor Anmeldung
Leistungen:	Lehrgang (16 UE); Seminarunterlagen Unterkunft, Getränke und Verpflegung sind <u>nicht</u> im Lehrgangspreis enthalten und werden <u>nicht</u> gestellt.

Die Lehrgangsgebühren sind mit der Anmeldung zu überweisen auf das Konto des

NSV, Referat Nordic / NW-AZ Harz

Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 2689 1484 0060 4941 06

Verwendungszweck: **LL So 1/21 FB NW H / Name / Verein**

Versicherung / Haftung: Jede*r Teilnehmer*in muss ausreichend versichert sein. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung für etwaige Schäden ab.

Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



- Ausrüstung:**
- **Nordic Walking Ausrüstung** (Stöcke können ggf. in Absprache ausgeliehen werden)
 - Wetterangepasste Sportbekleidung, Wechselwäsche
 - kleiner Rucksack bzw. Bauchgurt, Trinkflasche
 - Herzfrequenzmesser (sofern verfügbar)
 - Schreibunterlagen, Tagesverpflegung, Getränke

- Fortbildungsinhalte:**
- Nordic-Walking Technik-Training
 - Videoanalyse des Demonstrationskönnens
 - Fehlerkorrektur: Fehlerbilder erkennen / Bewegungskorrekturen geben
 - Wie gebe ich richtig Feedback?
 - Methoden, Übungen (Aufgabenpool)

Programm am 24.04.2021 (evtl. Änderungen vorbehalten)

- 09:00 Uhr Begrüßung, Organisation, Inhalte
- 09:30 Uhr Theorie: Materialkunde und Ausrüstung
- 10:00 Uhr Theorie: Methodik und Didaktik
- 10:30 Uhr Pause
- 10:45 Uhr Praxis: Warm up, Technikvermittlung Soft
- 12:15 Uhr Mittagspause
- 13:15 Uhr Praxis: Kräftigungsübungen, Technikvermittlung Fitness
- 14:45 Uhr Pause
- 15:00 Uhr Theorie: Fehler sehen und korrigieren, Videoanalyse
- 15:30 Uhr Praxis: Fehler sehen und korrigieren, Videoanalyse
- 16:30 Uhr Ende

Programm am 25.04.2021 (evtl. Änderungen vorbehalten)

- 09:00 Uhr Ankommen und Aufwärmen
- 09:30 Uhr Praxis: Aufgabentypen und Aufgabenpool
- 12:00 Uhr Mittagspause
- 13:00 Uhr Praxis: Schrittvariationen, Sportelemente
- 14:30 Uhr Pause
- 14:45 Uhr Praxis: Neigungsgruppen
- 16:15 Uhr Reflexion, Abschlussbesprechung
- 16:30 Uhr Ende

Besondere Bedingungen angesichts der Corona-Pandemie:

Die jeweils geltenden Hygienevorschriften des Landes Niedersachsen sind vollumfänglich einzuhalten und die auf den Seiten 3 und 4 dieser Ausschreibung abgedruckten Hinweise in jedem Fall zu beachten.

In Abhängigkeit von der Entwicklung der Corona-Pandemie besteht die Option, dass die Veranstaltung ausschließlich draußen stattfinden kann. Entsprechende Kleidung und Verpflegung sind mitzubringen.

Eine ggf. erforderliche Absage erfolgt am Montag, den 19.04.2021.

Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



Anmeldung / Lehrgangsbedingungen

Allgemeine Anmeldebedingungen des NSV Landeslehrteam Nordic / Ausbildungszentrum Harz

- Bitte beachten Sie die Zulassungsvoraussetzungen der einzelnen Ausbildungsstufen
- Die Anmeldung zu Aus- und Fortbildungen des NSV ist nur für Mitglieder in einem Sportverein möglich, der dem NSV angeschlossen ist.
Ausnahmen sind Lehrkräfte an Schulen, Mitglieder der Bundeswehr bzw. des BGS, Studenten sofern eine Kooperationsvereinbarung besteht sowie Veranstaltungen speziell für Gäste.
- Teilnehmende aus **anderen DSV-Landesskiverbänden** müssen bei der Anmeldung zu unseren Aus- oder Fortbildungen eine schriftliche Einverständniserklärung (E-Mail reicht) des Stammverbands vorlegen.
- Der Verein muss vom Teilnehmer über die Anmeldung unterrichtet werden (Ausnahme: Veranstaltungen speziell für Gäste).
- Die Anmeldung ist verbindlich, solange der Lehrgang nicht ausgebucht ist oder seitens des NSV abgesagt wird.
- Bei einer Stornierung seitens des Teilnehmenden fallen Stornogebühren an. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung.
Eine Stornierung des Lehrganges ist bis 14 Tage vor Beginn mit einer Stornogebühr von 50,00 € möglich. Bei späterem Rücktritt sind die dem NSV entstandenen Kosten zu zahlen, maximal bis zur Höhe der Lehrgangs-/Ausbildungsgebühr. Die Stornierung muss immer schriftlich erfolgen. Wird ein Ersatzteilnehmer gestellt, wird keine Stornogebühr erhoben. Der NSV kann den Vertrag ohne Einhaltung einer Frist kündigen, wenn die Durchführung des Lehrganges trotz einer entsprechenden Abmahnung unsererseits vom Teilnehmer erheblich und nachhaltig gestört wird.
- Der NSV behält sich vor, bei zu geringer Teilnehmerzahl oder anderer nicht vorhersehbarer Gründe (insbesondere höhere Gewalt und Reisebeschränkungen), den Lehrgang nicht durchzuführen. Die Teilnehmer werden davon umgehend unterrichtet. Bereits geleistete Zahlungen werden erstattet. Weitere Ansprüche gegenüber dem NSV sind nicht möglich.
- Sofern der Lehrgang auch die Buchung / Vermittlung von Unterkünften und sonstigen Leistungen beinhaltet bzw. die Buchung vom NSV als "Vermittler" vorgenommen wurde, gelten für die Stornierung dieser Leistungen die Buchungsbedingungen des jeweiligen Anbieters/Vermieters. Hier ist i.d.R. die kostenfreie Stornierung nur bis zum Ende der Anmeldefrist möglich. Soweit nicht abweichend von diesen Regelungen, gelten zusätzlich die Reisebedingungen des NSV, veröffentlicht unter <http://www.nsv-ausbildung.de/anmeldung.html>
- Die Anzahlung für die Lehrgänge beträgt 100,-€ und ist an folgende Bankverbindung zu überweisen:
NSV, Referat Nordic / NW-AZ Harz
Volksbank im Harz eG, IBAN **DE55 26891484 0060494106**,
Verwendungszweck: **Lehrgangsbezeichnung + Anzahlung + Name des Teilnehmenden**
Die Restzahlung ist bis spätestens 2 Wochen vor Beginn des Lehrganges zu leisten.

Hinweise zum Coronavirus:

Aktuell bieten wir weiterhin alle geplanten Lehrgänge entsprechend der Lehrgangsübersicht bzw. der Ausschreibungen an. Sollte es eine Reisewarnung für den Lehrgangsort geben, findet der Lehrgang nicht statt. Grundsätzlich ausschlaggebend ist die Situation 14 Tage vor Lehrgangsbeginn. Abweichungen hiervon sind in Absprache mit der jeweiligen Lehrgangsleitung möglich.
Im Fall der Reisewarnung bekommt ihr bereits gezahlte Gelder komplett zurück.

Gibt es keine Reisewarnung, findet der Lehrgang statt.
Die nachstehenden Hinweise sollen euch / uns helfen, den Lehrgangsbetrieb unter Wahrung der Hygiene- und Abstandsregelungen durchzuführen.

Der Sport ist gesamtgesellschaftlich fest verankert. Sport hilft bei der psychischen und körperlichen Alltagsbewältigung, stärkt die Abwehrkräfte und erhöht das eigene Energieniveau. Dabei spielt die sportliche Betätigung in der Natur eine entscheidende Rolle. Denn neben der körperlichen und geistigen Bewegung wirkt sich auch der Aufenthalt an der frischen Luft positiv auf den Menschen aus. Sport und Bewegung in der (winterlichen) Natur erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko.
Wir verfolgen die Empfehlungen und Entscheidungen der Bundes- und Landesregierung und setzen diese auf unseren Lehrgängen um. Ihre Gesundheit und die unserer Ausbilder sind uns sehr wichtig. Durch Umsicht, Vorsicht und klare Vorgaben versuchen wir Infektionen im Rahmen der Aus- und Fortbildungskurse zu verhindern. Sollte eine Infektion auftreten und nachgewiesen werden, ist es zentrale Aufgabe in kürzester Zeit alle Kontaktpersonen zu ermitteln und zu informieren. Hierfür ist eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit der örtlichen Gesundheitsbehörde erforderlich. Wir alle sind in der kommenden Saison gefordert, flexibel auf die Entwicklungen im Rahmen der COVID-19

Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



Pandemie zu reagieren. Dabei sind sowohl Lockerungen als auch Verschärfungen der gesetzlichen Vorgaben in Abhängigkeit des Infektionsgeschehens zu berücksichtigen.

Sowohl im Außenbereich auf der Loipe wie auch im Seminarbereich werden wir die notwendigen Abstandsregeln einhalten und entsprechend den derzeit gültigen Hygienevorschriften und -empfehlungen verfahren. Bei jeglichen verdächtigen Symptomen (Erkältungsanzeichen) kann keine Teilnahme erfolgen. Auf Veranstaltungen trägt jeder Teilnehmer eine Mitverantwortung, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten, wie SARS-CoV-2 zu schützen. Infektionen kann man mit der Anwendung einiger einfacher Maßnahmen wie zum Beispiel Händehygiene, Abstand halten oder Husten- und Schnupfenhygiene wirksam begegnen. Neben den nachfolgenden Hinweisen zu den Lehrgängen und evtl. Zusatzhinweisen durch die jeweilige Lehrgangsleitung findet ihr als Anlage auf unserer Homepage www.nsv-skitour.de einen Gesundheitsfragebogen und Hygienetipps.

1. Gesundheitsfragebogen:

Wir bitten jeden Teilnehmer*in zu Beginn eines Lehrgangs schriftlich über seinen/ ihren aktuellen Gesundheitszustand, Aufenthaltsort sowie Kontakt mit infizierten Personen Auskunft zu geben und mit seiner Unterschrift zu bestätigen. (zu finden auf www.nsv-skitour.de unter Download)

- Die Bestätigungen werden für vier Wochen nach Angebotsende aufbewahrt und danach vernichtet.
- COVID-19 Infizierte oder Menschen mit den bei COVID-19 auftretenden Symptomen können nicht am Angebot teilnehmen
- Teilnehmer, die sich in den vergangenen 14 Tagen in einem laut RKI ausgewiesenen Risikogebiet aufgehalten haben oder die Kontakt zu einer Corona-infizierten Person hatten, müssen als Voraussetzung für die Teilnahme mindestens einen negativen SARS-CoV-2-Test vorweisen.
- Die Testung hat hinsichtlich Anzahl und Zeitpunkt gemäß den vom Robert-Koch-Institut veröffentlichten Standards zu erfolgen.

2. Lehrgangsbetrieb

- Für das Umkleiden und Anziehen der Skischuhe raten wir Euch, dieses bereits im Hotel oder Parkplatz zu erledigen. Vermeidet bitte überfüllte Räumlichkeiten.
- Wir versuchen eine Entzerrung durch gestaffelte variable Startzeiten zu organisieren.

Sofern in der Aus- und Fortbildung ein direkter Kontakt notwendig ist gilt auch hier unser besonderes Augenmerk auf die Hygiene- und Abstandsregelungen:

- Direkten, persönlichen Kontakt vermeiden bzw. begrenzen
- Jederzeit (auch an warmen Tagen) Handschuhe tragen
- Maske (oder Buff) nutzen, um Übertragung durch Aerosole zu vermeiden
- Einhaltung der gängigen Hygiene-Regeln wie z.B. regelmäßige Handhygiene mit Flüssigseife
- Verpflichtendes Tragen eines Mund-Nasenschutzes in geschlossenen Räumen, sowie an Sammelpunkten und generell an Orten mit größerer Gruppenbildung. (Sofern dies das regionale Infektionsgeschehen und die behördlichen Vorgaben erforderlich machen. Als Orientierung zum verpflichtenden Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes dienen auch die Maßnahmen der Bergbahnbetreiber sowie der Gastronomie und Unterbringungsquartiere vor Ort.)

Im Seminarraum werden wir die notwendigen Abstandsregeln einhalten und entsprechend den derzeit gültigen Hygienevorschriften und -empfehlungen verfahren.

- Wir bitten euch im Sinne der Verantwortung für die gesamte Gruppe, vermeidbare Menschensammlungen, bei denen die Abstandsregeln nicht eingehalten werden können (z.B. Après-Ski), zu meiden
- Zu Beginn eines Lehrgangs werden wir euch zu diesem Thema sensibilisieren

3. Unterkunft, Bus, Seilbahn

- hier gelten die Regelungen des jeweiligen Betreibers.
- Wir bitten euch zum Gesundheitsschutz aller um Einhaltung

Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



NSV Anmeldeformular Nordic

Anmeldung zum Lehrgang Langlauf <input type="checkbox"/> Sportassistent <input type="checkbox"/> Grundstufe <input type="checkbox"/> Instructor Anmeldung zum Nordic-Ausbildungslehrgang <input type="checkbox"/> Walking <input type="checkbox"/> Blading <input type="checkbox"/> Skiing <input type="checkbox"/> Snow Shoeing Anmeldung zum Fortbildungslehrgang <input type="checkbox"/> Walking <input type="checkbox"/> Blading <input type="checkbox"/> Skiing <input type="checkbox"/> Snow Shoeing	
Lehrgangsnummer:	
Bezeichnung:	
Ort:	
Datum:	
Vorname:	
Nachname:	
Geburtsdatum:	
Straße:	
PLZ:	
Ort:	
Land:	
Telefon:	
Handy:	
Email:	
Verein:	
Mitfahrgelegenheit	<input type="checkbox"/> Ich reise mit dem PKW an und biete _____ freie Mitfahrplätze an <input type="checkbox"/> Ich suche Mitfahrgelegenheit
Datenschutz:	Ich bin mit der Veröffentlichung meiner Anschrift, Tel.-Nr. und E-Mail in der Teilnehmerliste <input type="checkbox"/> einverstanden <input type="checkbox"/> nicht einverstanden
Erklärungen:	<input type="checkbox"/> Mit der Anmeldung akzeptiere ich die vorstehenden Regelungen zur Anmeldung / zu den Lehrgangsbedingungen. Darüber hinaus versichere ich, Mitglied in einem dem NSV angeschlossenen Verein zu sein und ihn über meine Anmeldung in Kenntnis gesetzt zu haben <input type="checkbox"/> Mit den auf der Homepage des NSV unter http://www.nsv-ausbildung.de/anmeldung.html veröffentlichten Reisebedingungen bin ich einverstanden <input type="checkbox"/> Die unter http://www.nsv-ausbildung.de/datenschutz.html veröffentlichten Datenschutzhinweise habe ich zur Kenntnis genommen
Anmerkung: (z.B. Quartierwunsch bei LG mit Unterkunft)	
Anmeldung:	Bitte schicken Sie die Anmeldung an folgende E-Mail: nsv.nordic@gmail.com
Postalisch:	Referent Nordic /Stützpunktleiter AZ Harz Dieter Lühning Rosenbuschweg 20 30453 Hannover Fon: 0511- 481276 Handy 015901762698 E-mail: dieter.luehning@online.de
Bankverbindung:	NSV, Referat Nordic NW-AZ Harz Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106 Verwendungszweck: Lehrgangsnummer / Teilnehmende(r)
Datum:	Unterschrift Teilnehmende(r) Stempel / Unterschrift Verein

Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
 Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



Konto des NSV, Referat Nordic/ Stützpunkt NW-AZ Harz:
Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 26891484 0060494106



EYEWEAR & HELMETS

