

Ausschreibung Fortbildung „Plus Prevention Programm“



Termin

Samstag, 29.11.2025, 15:30 – 19:30 Uhr



Veranstaltungsort

Sporthalle Grund.- u. Hauptschule Altshausen, Ebersbacher Str. 20,
88361 Altshausen



Kosten

Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist kostenlos!



Referent

Jan Eisenbraun, Wissenschaftlicher Mitarbeiter am IAT, Fachbereich
Nachwuchsleistungssport



Fortbildung

Dieser Workshop findet gemeinsam mit U13/U15-Kaderspieler*innen statt
und wird vom BWBV mit **5 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung** anerkannt.



Lehrgangsinhalte

Wenn Kraft, Beweglichkeit oder Koordination aus dem Gleichgewicht geraten, steigt das Risiko für Sportverletzungen. Gerade im Nachwuchsleistungssport sind solche Verletzungen besonders ärgerlich, weil sie oft längere Trainingspausen bedeuten. Deshalb ist es wichtig, mögliche Risiken früh zu erkennen und gezielt daran zu arbeiten.

Genau dafür wurde das Plus Prevention Program entwickelt. Es hilft dabei, muskuläre Schwächen und Bewegungseinschränkungen einfach zu erkennen. In verschiedenen Tests werden Bewegungen beobachtet und ausgewertet. Daraus entsteht ein persönliches Profil, das zeigt, wo es Verbesserungsbedarf gibt. Passende Übungsempfehlungen helfen, diese Schwächen auszugleichen und Verletzungen vorzubeugen.

Im Workshop lernen die Kinder und Jugendlichen sowie die Trainer*innen das Programm kennen, führen es gemeinsam durch und besprechen anschließend die Ergebnisse sowie konkrete Tipps für das Training.

Weiterführende Informationen findet ihr hier: [IAT: Plus Prevention Program](#)



Berichterstattung

Es ist eine Berichterstattung mit Bild- und Videoaufnahmen für unseren Social-Media-Auftritt und unserer Homepage geplant. Die Teilnehmenden stimmen mit der Anmeldung einer Veröffentlichung zu.



Rückfragen

Du hast weitere Fragen zur Fortbildung? Dann wende dich gerne an unseren Lehrwart Florian Winniger unter lehrwart@bwbv.de oder 0160 4159529.



Anmeldung

Anmeldeschluss: 23.11.2026. [Hier](#) geht's zur Anmeldung über nuLiga.

