



SJ2018-866

Stressmanagement: Gelassen im Alltag

„Erfolgreiche Sportbundfortbildung „Stressmanagement“ in Limburgerhof“

Bereits seit 2009 führt der Sportbund-Pfalz / Sportjugend-Pfalz Fortbildungen in Limburgerhof beim Tatsu-Ryu-Bushido Limburgerhof e.V. durch. Die Fortbildungslehrgänge sind auch sportartenübergreifend zu Lizenzverlängerungen im Bereich Trainer, Übungsleiter, Jugendleiter und Vereinsmanager anerkannt. 2017 fanden zuletzt zwei ausgebuchte Fortbildungen zum Thema fernöstliche Bewegungskulturen durch. Am Samstag, dem 27. Januar 2018 fand in diesem Jahr die erste Sportbund-Fortbildung zum Thema Stressmanagement mit 5 LE (Lerneinheiten statt). Als Lehrgangleiter begrüßte Christian Wiederanders die 20 angereisten Teilnehmer, die von Primasens bis Ludwigshafen angereist waren. Die Altersspanne war von 17 bis 73 Jahren. Nach der Begrüßung bei Kaffee, Tee und Kuchen in einer angenehmen Atmosphäre mit Musik und Teelichtern, übergab Christian Wiederanders an die Referentin Miriam Schmitt, die zu diesem Thema vor Jahren ihre Masterarbeit geschrieben hatte. Den angenehmen Mix aus Theorie und Praxis, lies auch Gespräche mit den Teilnehmern zu. So war der Jugendvorstand des Judo-Sport-Verein Speyer dabei, sowie der Judo Club Ippon Ludwigshafen vertreten vom Vorsitzenden Frank Hermann. Die nächsten Sportbund-Fortbildungen sind „Ein Tag voller Spiele: Für Kinder im Vorschulalter“ am 3. März und „Förderung im Jugendsport: Fördertöpfe & Möglichkeiten“ am 14. März 2018. Weitere Informationen und Anmeldung unter www.sportjugend-pfalz.de



Bericht:	Fabian Birkle, 27. Januar 2018, Ausrichter
Fotos:	Tatsu-Ryu-Bushido Canon EOS 760 D + EOS 1300 D (Fabian Birkle)
Impressum:	www.tatsu-ryu-bushido.com

