

Einladung und Ausschreibung zur Fortbildung: Functional Training am 13.12.2025 in Leverkusen (G2025-30055).

Termin	Samstag, 13.12.2025, 09.00-16.15 Uhr
Ort	TSV Bayer 04 Leverkusen, Kurt-Rieß-Sportanlage, Tannenbergstraße 57, 51373 Leverkusen
Leitung	Iris Funken: Inhaberin Group-Fitness B- und A-Lizenz, Zumba-Instructor, Piloxing-Instructor, Deep-Work-Instructor, Ernährungstrainerin, Kraft-Fitness-B-Lizenz, Gesundheitstrainerin
Veranstalter	Deutscher Verband für Modernen Fünfkampf e.V. in Kooperation mit dem Verband für Modernen Fünfkampf NRW e.V. und dem TSV Bayer 04 Leverkusen e.V.
Gebühren	€ 49,- pro Teilnehmer für Mitglieder des Verbands für Modernen Fünfkampf NRW e.V., Sparkasse KölnBonn, IBAN DE73370501981933195909
Teilnehmerkreis	Fitnesstrainer*innen, Sport- und Gymnastiklehrer*innen, Übungsleiter*innen, sportartspezifische Trainer*innen
Motivationstext	Ob im Kinder- oder Erwachsenenbereich: Functional Training ist ein intensives Ganzkörpertraining und bildet eine Kombination aus Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining, bei dem nicht nur einzelne Muskeln, sondern ganze Muskelketten trainiert werden. Trainingsgeräte sind das eigene Körpergewicht, der Partnerwiderstand oder Kleingeräte wie z. B. Kettlebells, Slam Balls oder das Battlerope.
Inhalte	• Grundlagen und Hintergrundwissen zum funktionellen Training • Arbeiten mit dem eigenen Körpergewicht • Materialauswahl und Materialeinsatz
Ziele	• Du lernst Trainingsprinzipien kennen und vertiefst diese • Du bist in der Lage die Gesundheitsförderung im Functional Training in der Durchführung deiner Übungsstunde zu berücksichtigen • Du kannst eine Übungsstunde zum Functional Training planen und durchführen • Du erarbeitest einen Übungskatalog
Anmeldung	https://www.fuenf-nrw.de/shop/qualifizierung/modernen-fuenfkampf-nrw/fortbildungen-1-lizenzstufe/uebungsleiter-c-sportartuebergreifend/g2025-3000-30055
Teilnehmerzahl	Mindestteilnehmerzahl 10, maximale Teilnehmerzahl 20
Abschluss	8 Lizenzpunkte (LE) zur Verlängerung folgender Lizenzen: DOSB ÜL C sportartübergreifend ausgestellt vom Deutschen Verband für Modernen Fünfkampf e.V.) oder vom LandesSportBund NRW e.V. DOSB ÜL B Prävention Haltung und Bewegung sowie Herz-Kreislauf-System (ausgestellt vom Deutschen Verband für Modernen Fünfkampf e.V.) DOSB Trainer C Moderner Fünfkampf DOSB Trainer C OCR DOSB Trainer C Biathle/Triathle/Laser-Run

Anmeldung

Hiermit melde ich mich auf der Grundlage der Teilnahmebedingungen und der Ausschreibung verbindlich zu der Fortbildung Functional Training am 13.12.2025, 09.00-16.15 Uhr in Leverkusen an.

Name:	
Vorname:	
Geburtsdatum:	
Straße und Hausnummer:	
PLZ und Ort:	
E-Mail:	
Telefon (Festnetz)	
Telefon (mobil)	
Verein:	
Studio (wenn vorhanden):	
Funktion/Tätigkeit im Verein/Studio	

Die Teilnahmebedingungen erkenne ich mit meiner Anmeldung an. Die Rechnung geht an:

Mich	
------	--

Einen Anderen (z.B. Verein, Arbeitgeber, ...)

Name:	
Straße und Hausnummer:	
PLZ und Ort:	
E-Mail:	