

Module der Fachverbände zu Sport mit Älteren 2025 / 2026

Baden-Württembergischer Gewichtheberverband	Kontakt: Hans-G. Hofrichter; gewichtheberverband@online.de
Kraft und Fitness bis ins höchste Alter	13.06.-14.06.2026 Weinheim/Baden 120 € 16 LE
<i>Für alle, die sich im Kraft- und Fitnessbereich für Ältere spezialisieren wollen. (Gerätegestütztes Training, Freihantel, Ganzkörpertraining ohne Geräte...).</i>	
Boule, Boccia und Pétanque Verband Ba-Wü.	Kontakt: Antje Freudenthal; akademie@bbpv-bw.de
Spielend Älter werden: Boule/Pétanque	17.04.-19.04.2026 Landessportschule Ruit 100 € 20 LE
<i>Boule altersgemäß und zielgruppenorientiert erlernen und ausüben. Technik, Regeln, Methodik, Übungs- und Wettkampfformen.</i>	
Schwäbischer Skiverband	Kontakt: Stefanie Berner; info@online-ssv.de
Fortbildung Nordic/Langlauf, Aktive Generation	13.12.-14.12.2025 Oberstdorf SSV Homep.; LG 25-303 20 LE
<i>Altersangepasste LL-Technik, Belastungsgefüge, Technik, Vermittlung in Kursgruppen, Erlebnis Natur.</i>	
Fortbildung Ski-Alpin, Aktive Generation	30.01.-01.02.2026 Grasgehren / Riedbergpass SSV Homep.; LG 26-089 20 LE
<i>Altersangepasste Skitechnik und deren Vermittlung in Kursgruppen.</i>	
Fortbildung Skitour, Aktive Generation	17.01.-18.01.2026 Grasgehren / Riedbergpass SSV Homep.; LG 26-044 20 LE
<i>Abseits des Massenrummels: Skitouren-Gehen, Aufstieg, Abfahrt, Planung, Führung, Risikomanagement.</i>	
Fortbildung Nordic, Aktive Generation	19.09.-20.09.2026 Donautal SSV Homep.; LG 26-278 20 LE
<i>Nordic Walking als Sommer- und Trainingsvariante des Skilanglaufs.</i>	
Schwäbischer Turnerbund	Kontakt: info@stb.de
Bewegung und Demenz	06.03.-08.03.2026 STB Campus Bartholomä 150 €/147,50 €* 20 LE
<i>Zielt darauf ab, dass Menschen mit anfänglicher Demenz so lange wie möglich in ihrer bestehenden Gruppe bleiben können.</i>	
Gesund alt werden	06.11.-08.11.2026 STB Campus Bartholomä 150 €/147,50 €* 20 LE
<i>Was muss bei untrainierten Älteren berücksichtigt werden? Wie gewinne ich sie für regelmäßige lebenslange Bewegung?</i>	
Besondere Weiterbildung Ältere:	04.05.-08.05.2026 STB Campus Bartholomä 265 €/ 262,50 €* 40 LE
*Preis für Gymcard-Inhaber*innen	21.-23.09. u. 29.-30.10. 2026 STB Campus Bartholomä 265 €/262,50 €* 40 LE
<i>Besonderheiten beim Training mit Älteren. Koordination, Entspannungstechniken, Brainfitness.</i>	
Schwimmverband Württemberg	Kontakt: Cornelia Glatz: conny.glatz@svw-online.de und Christina Kaiser; info@svw-online.de
DSV AQUAFITNESS Instructor*in	Online Start: 07.02.2026 Infos Online 16 LE
	Präsenz: 27.03.2026 Landessportschule Albstadt Vereine d. SVW + ÜL-C Ältere
<i>Optimale Nutzung physikalischer Eigenschaften des Wassers für ein Fitnessstraining inkl. Geräteeinsatz am Beispiel Poolnudel.</i>	
Tanzsportverband Baden-Württemberg	Kontakt: Maritta Böhme; boehme@tbw.de
Englische Tänze	16.10.-18.10.2026 Landessportschule Albstadt 150 € 20 LE
<i>Gassentänze, Tänze mit 3-5 Paaren. Anmeldungen auch ohne Partner*innen erwünscht.</i>	
Tanzend ins hohe Alter	13.03.-15.03.2026 Landessportschule Albstadt 150 € 20 LE
<i>Vorteilhafte Aspekte des Tanzens gezeigt an: Gassentänzen, Mixertänzen, Blocktänzen, Sitztänzen. Anmeldungen auch ohne Partner*innen erwünscht.</i>	
Tischtennis Baden-Württemberg	Kontakt: Anja Graf; info@ttbw.de
Tischtennis gegen Parkinson	09.05.-10.05.2026 Landessportschule Albstadt 170 € 20 LE
<i>Spiel und Spaß sowie Krafttraining mit Alltagsmaterialien / Sturzprophylaxe / Kognition & Bewegung / Fitnesstreff Halle / Balance / Ernährung.</i>	
Württembergischer Fußballverband	Kontakt: Celina Löffler; Löffler, C.Loeffler@wuerttfv.de
Walking Football	25.09.-27.09.2026 JUFA Sporthotel Wangen 60 € 20 LE
<i>Vermittelt in Theorie und Praxis die Grundlagen dieser besonderen, präventiven Ballsportart.</i>	
Württembergischer Judo-Verband	Kontakt: Günther Öttwös; WJV-TaiChiChuan@web.de
Taiji Qigong, das weiche Gongfu	27.03.-29.03.2026 Landessportschule Albstadt 180 € 24 LE
(Termine inhaltlich identisch)	26.06.-28.06.2026 Landessportschule Albstadt 180 € 24 LE
	21.08.-23.08.2026 Landessportschule Ruit 180 € 24 LE
	23.10.-25.10.2026 Landessportschule Ruit 180 € 24 LE
<i>Kombination von Taiji und Qigong als funktionelle Gymnastik des weichen Gonfu.</i>	
Württembergischer Leichtathletikverband	Kontakt: Silvia Ochs; info@wlv-sport.de
Lauf- und Walking -Coach Basic	n.n. n.n. 110 € 16 LE
<i>Für alle, die gerne im Verein bei der Gruppenbetreuung assistieren möchten</i>	
Lauf- und Walking -Coach Level I	n.n. n.n. 110 € 16 LE
<i>Für alle, die ein regelmäßiges Laufangebote betreuen möchten</i>	
Modul Nordic Walking Instruktor	19.05.-20.05.2026 Sportschule Steinbach 60 € 16 LE
<i>Grundlage für ein regelmäßiges Nordic-Walkingangebot im Verein.</i>	
Württembergischer Radsportverband	Kontakt: philip.oesterreicher@wrsv.de
Freizeit Radtreff Gesundheit	26.09.-27.09.2026 Sportschule Schöneck n.n. 16 LE
<i>Übungs-, Spiel-, und Trainingsmethoden speziell für Ältere, Gesundheitssport abseits des Radsports</i>	
Fit for e-BIKE / Pedelec	07.08.-08.08.2026 Landessportschule Albstadt n.n. 16 LE
<i>Fahrtechnik und Koordination, Theorie zur Technik, Haftung, Tourenplanung + Betrachtung Breitensportangebot im Verein</i>	
Württembergischer Tennis-Bund e.V.	Kontakt: Marc Allmacher; Marc.Allmacher@wtb-tennis.de
Tennis – Erwachsene und Senioren	28.03.-29.03.2026 WTB-LLZ Stgt-Stammheim 100 € 16 LE
<i>Altersgemäße Spielformen, Techniken und Methodik im Gruppentraining. Möglichkeiten des Fitnessstrainings und deren Belastungssteuerung.</i>	
Spielend Tennis lernen	17.10.-18.10.2026 WTB-LLZ in Biberach 100 € 16 LE
<i>Tennissport aller Altersklassen im Hinblick auf Fitness, Gesundheit, körperliche Leistungsfähigkeit, Motivierung zur Bewegung auch in der Gruppe.</i>	
Assistent*in-Ausbildung	mehrere Termine auf Anfrage WTB-LLZ Stgt-Stammheim ab 90 € 16-45 LE

Altersgemäße Spielformen, Techniken und Methodik im Gruppentraining. Fitnessstraining/Techniküberprüfung uvm.

Deutsches Rotes Kreuz Baden Württemberg		Kontakt: Manuela Köhler; m.koehler@drk-bw.de		
Aufbaulehrgang Gymnastik	13.4.-17.04.2026	Pfalzgrafenweiler	400 €	40 LE
	13.11.-15.11.2026 und 27.11.-29.11.2026	Pfalzgrafenweiler	610 €	40 LE
<i>Einführung in das Training mit Hochbetagten.</i>				
Sturzprävention	08.05.-10.05.2026	Pfalzgrafenweiler	240 €	25 LE
	18.09.-20.09.2026	Pfalzgrafenweiler		
Übungen zum Fallen, Gleichgewichts- Koordinations-, Kognitions- und Kraftübungen				
Württembergischer Landessportbund		Kontakt: Ina Schmid; ina.schmid@wlsb.de		
Aufbaumodul ÜL C Sport mit Älteren	27.-29.04. oder 19.-21.10.2026	Landessportschule Ruit	(in Ges.gebühr enthalten)	24 LE
<i>Inhalte des Grundlehrgangs werden aufgegriffen und vertieft. LG Nr.</i>				
Modul Was geht! Sport, Bewegung und Demenz	28.09.-29.09.2026	Landessportschule Ruit	100 €	16 LE
<i>Theorie und Praxis Umgang mit kognitiv Eingeschränkten in der eigenen Übungsstunde oder in speziellen Angeboten. LG.Nr. : 26-406</i>				
Modul Sicher bewegen im Alter	23.04.-24.04.2026	Landessportschule Ruit	100 €	16 LE
<i>Selbständigkeit bewahren durch Sturzprävention und training zum sicheren bewegen im Alltag. LG.Nr.: 26-413</i>				
Modul Raus ins Leben - Outdoortraining für Ältere	15.06.-16.06.2026	Landessportschule Ruit	100 €	16 LE
<i>Angemessenes und effektives Gesundheitstraining und Aktivitäten im Freien. LG.Nr.: 26-412</i>				
Innere Balance - mentale Stärke und Wohlbefinden für Ältere		Landessportschule Ruit	100 €	16 LE
<i>Praxisnahe Methoden vorgestellt, die Konzentration, Gelassenheit und mentale Fitness LG.Nr.: 26-417</i>				
Beweglich, stark, selbständig im Alter	09.03.-10.03.2026	Landessportschule Ruit	100 €	16 LE
<i>Altersgerechte Trainingsplanung, vielfältige praktische Übungen zur Kraft und Belastungsdosierung und alltagsnahe Ziele</i>				