



**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

# Sportleiterkurse

Juli 2022 bis Juni 2023

Wir bieten hochwertige Qualität und zielführende Aus- und Weiterbildungen für Sportleitende im Alterssegment ab 60 Jahren! Durch die Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Sport (Erwachsenensport) sind die meisten angebotenen Kurse schweizweit anerkannt.

## esa-Grundausbildung



### Kernausbildung: 3 Tage

Methodische, didaktische und gerontologische Grundlagen

### Fachausbildung: 3-4 Tage

Vermittlung von praktischen Grundlagen mit Bezug auf die Sportart

*SportlehrerInnen, -wissenschaftlerInnen, J+S-Leitende und Sportleitende von Plussport sind für den polysportiven «esa-Einführungskurs Leiter» (2 Tage) zugelassen.*

## Weiterbildungen

### esa-Modul Vertiefung

2-3 Tage

Vertiefung und Erweiterung der Fachkompetenz

### esa-Modul Fortbildung Leiter

1-2 Tage

Erneuerung der esa-Leiter Anerkennung

### esa-Modul Zusatzausbildung

3-4 Tage

Erwerb einer zusätzlichen Fachqualifikation

### Spezialkurs

1-2 Tage

Weiterbildung für spezifische Themen

# Vielfältige Fachrichtungen

## Polysportiv



In der polysportiven Grundausbildung erwerben Sie die Anerkennung «Erwachsenensport (esa)». Die Weiterbildungen legen den Fokus auf die speziellen Bewegungsbedürfnisse von Seniorinnen und Senioren.

## Indoor



Werden Sie Leiterin oder Leiter von Gymnastik und Fitness, Tanzen, Bewegung im Heim oder von DomiGym. Erwerben Sie Wissen oder vertiefen Sie Ihre Kompetenzen, um attraktive Bewegungskurse zu gestalten.

## Outdoor



Planen und führen Sie Sportunterricht im Freien durch. Lernen Sie Didaktik und Sicherheitsaspekte kennen, die Ihnen einen angenehmen Sportunterricht im Freien ermöglicht.



## Polysportiv

Titel	Kurs Nr.	Datum	Ort
<b>Grundausbildung</b>			
esa-Einführungskurs für Sportleitende mit Vorbildung	22-302	02.-03.12.2022	Filzbach
esa-Einführungskurs für Sportleitende mit Vorbildung	23-301	23.-24.06.2023	Sursee
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Vertiefung, sichergehen.ch	22-601	09.-10.09.2022	Zürich-Hottingen
Modul Fortbildung, sichergehen.ch	22-501	24.09.2022	Wangen bei Olten
Modul Vertiefung, Generationen in Bewegung – Hopp-la	22-606 B	12.-13.11.2022	Lyss
Modul Fortbildung, Generationen in Bewegung – Hopp-la	22-506	19.11.2022	Baar
* Modul Vertiefung, Bewegungsförderung im Alter, Teil 1	22-620	02.-03.09.2022	Basel
* Modul Vertiefung, Bewegungsförderung im Alter, Teil 2 Fakultativ: Zertifikatsprüfung	22-621	23.-24.09.2022 25.10.2022	
Modul Fortbildung Leiter Virtuell	22-502	23.09.2022	Online
Modul Vertiefung, sichergehen.ch	23-601	03.-04.03.2023	Zürich-Hottingen

\* für esa-Leitende mit mind. 5 esa-Weiterbildungstage



## Indoor

Titel	Kurs Nr.	Datum	Ort
<b>ALLROUND</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung	22-103	26.-28.08.2022	Spiez
Fachausbildung, Teil 1		22.-23.10.2022	

Fachausbildung, Teil 2		26.-27.11.2022	
Kernausbildung	22-104	16.-18.09.2022	Aarau
Fachausbildung, Teil 1		29.-30.10.2022	
Fachausbildung, Teil 2		19.-20.11.2022	
Kernausbildung	23-101	24.-26.03.2023	Nottwil
Fachausbildung, Teil 1		28.-29.04.2023	
Fachausbildung, Teil 2		02.-03.06.2023	
Kernausbildung	23-102	14.-16.04.2023	Zürich-Hottingen
Fachausbildung, Teil 1		12.-13.05.2023	
Fachausbildung, Teil 2		16.-17.06.2023	

### **Weiterbildung**

Modul Vertiefung DomiGym	22-608 B	26.-27.08.2022	Zollikerberg
Modul Vertiefung DomiGym	23-608 A	17.-18.03.2023	Zürich-Hottingen
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 1	22-403	22.-23.10.2022	Spiez
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 2		27.11.2022	
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 1	22-404	29.-30.10.2022	Aarau
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 2		20.11.2022	
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 1	23-401	28.-29.04.2023	Nottwil
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 2		03.06.2023	
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 1	23-402	12.-13.05.2023	Zürich-Hottingen
Modul Zusatzausbildung Allround Teil 2		17.06.2023	

### **BEWEGUNGSANGEBOTE IM HEIM**

#### **Grundausbildung**

Kernausbildung Allround	22-103	26.-28.08.2022	Spiez
Fachausbildung, Teil 1	22-207	01.-02.09.2022	Lenzburg
Fachausbildung, Teil 2		20.-21.10.2022	
Basismodul (ohne esa-Anerkennung), Teil 1	22-207 B	01.-02.09.2022	Lenzburg
Basismodul (ohne esa-Anerkennung), Teil 2		20.-21.10.2022	
Kernausbildung Allround, Auswahl 1	23-101	24.-26.03.2023	Nottwil
Kernausbildung Allround, Auswahl 2	23-102	14.-16.04.2023	Zürich-Hottingen

Fachausbildung, Teil 1	23-206	25-26.05.2023	Lenzburg
Fachausbildung, Teil 2		22.-23.06.2023	
Basismodul (ohne esa-Anerkennung), Teil 1	23-206 B	25.-26.05.2023	Lenzburg
Basismodul (ohne esa-Anerkennung), Teil 2		22.-23.06.2023	

### **Weiterbildung**

Modul Zusatzausbildung Bewegungsangebote im Heim, Teil 1	22-407	01.-02.09.2022	Lenzburg
Modul Zusatzausbildung Bewegungsangebote im Heim, Teil 2		21.10.2022	
Modul Zusatzausbildung Bewegungsangebote im Heim, Teil 1	23-406	25.-26.05.2023	Lenzburg
Modul Zusatzausbildung Bewegungsangebote im Heim, Teil 2		23.06.2023	

### **TANZEN**

#### **Grundausbildung**

Kernausbildung Allround, Auswahl 1	23-101	24.-26.03.2023	Nottwil
Kernausbildung Allround, Auswahl 2	23-102	14.-16.04.2023	Zürich-Hottingen
Fachausbildung (DE/FR), Teil 1	23-209	Herbst 2023, Datum folgt	Olten
Fachausbildung (DE/FR), Teil 2		Herbst 2023, Datum folgt	

#### **Weiterbildung**

Modul Fortbildung für das Kader, Tanzen, neue Volks- und Kreistänze	23-809	23.-25.06.2023	Seengen
Modul Zusatzausbildung Tanzen (DE/FR), Teil 1	23-409	Herbst 2023, Datum folgt	Olten
Modul Zusatzausbildung Tanzen (DE/FR), Teil 2		Herbst 2023, Datum folgt	

### **WASSERFITNESS FLACH – IN ZUSAMMENARBEIT MIT SWIMSPORTS.CH**

#### **Grundausbildung**

Kernausbildung, Teil 1	A12/22	27.-28.08.2022	Zürich-Affoltern
Kernausbildung, Teil 2		24.09.2022	
Fachausbildung, Teil 1	B12/22	25.09.2022	Zürich-Affoltern
Fachausbildung, Teil 2		29.-30.10.2022	



# Outdoor

Titel	Kurs Nr.	Datum	Ort
<b>NORDIC WALKING</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung	22-115	22.-24.07.2022	Oltingen
Fachausbildung		12.-14.08.2022	
Kernausbildung	23-114	10.-12.03.2023	Maggingen
Fachausbildung		14.-16.04.2023	
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Zusatzausbildung	22-415	12.-14.08.2022	Oltingen
Modul Zusatzausbildung	23-414	14.-16.04.2023	Maggingen
<b>RADSPORT</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung	23-112	16.-18.04.2023	Oftringen
Fachausbildung		06.-08.05.2023	
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Fortbildung Umgang mit E-Bikes	23-513	20.04.2023	Oftringen
Modul Zusatzausbildung Radsport	23-412	06.-08.05.2023	Oftringen
<b>RADSPORT MIT VERTIEFUNG MOUNTAINBIKE</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung	23-112	16.-18.04.2023	Oftringen
Fachausbildung	23-212MTB	03.-05.05.2023	Bremgarten
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Fortbildung E-Mountainbike	23-512 E	20.04.2023	Gränichen
Modul Fortbildung Mountainbike Refresher	23-512 R	21.04.2023	Gränichen

Modul Zusatzausbildung Radsport mit Vertiefung Mountainbike	23-412MTB	03.-05.05.2023	Bremgarten
<b>WANDERN</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung	22-111	07.-09.09.2022	Engelberg
Fachausbildung		03.-05.10.2022	
Kernausbildung	23-110	10.-12.05.2023	Engelberg
Fachausbildung		07.-09.06.2023	
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Zusatzausbildung Wandern T1-T2	22-411	03.-05.10.2022	Engelberg
Modul Zusatzausbildung Wandern Upgrade T3	23-410T3	30.05-02.06.2023	Grindelwald
Modul Zusatzausbildung Wandern T1-T2	23-410	07.-09.06.2023	Engelberg
<b>SKILANGLAUF – IN ZUSAMMENARBEIT MIT SWISS SNOWSPORTS.CH</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung Wandern	22-111	07.-09.09.2022	Engelberg
Fachausbildung Skilanglauf	22-217	29.11.-02.12.2022	Oberwald
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Zusatzausbildung / Zulassungsausbildung (ZA) Skilanglauf	22-417	29.11.-02.12.2022	Oberwald
<b>SCHNEESCHUHWANDERN WT1-WT2</b>			
<b>Grundausbildung</b>			
Kernausbildung Wandern	22-111	07.-09.09.2022	Engelberg
Fachausbildung Schneeschuhwandern	23-216	02.-04.02.2023	St. Antönien
<b>Weiterbildung</b>			
Modul Zusatzausbildung Schneeschuhwandern	23-416	02.-04.02.2023	St. Antönien

# Anmeldung und Bestimmungen

## Melden Sie sich jetzt an!

Limitierte Teilnehmerzahl



Weiterführende Informationen über die Sportleiterkurse finden Sie auf unserer Website. Lassen Sie sich inspirieren!

**[www.prosenectute.ch/sportleiter](http://www.prosenectute.ch/sportleiter)**

In der Regel betragen die Ausbildungskosten für Sportleitende CHF 130 pro Tag.

Für Personen, die von einer Pro Senectute Organisation angestellt sind, wird ein Rabatt von CHF 50 pro Tag gewährt.

Die zusätzlichen Kosten für Unterlagen, Unterkunft und Verpflegung sind online aufgeführt.

Haben Sie Fragen? Wir helfen Ihnen gerne weiter:

**[sport@prosenectute.ch](mailto:sport@prosenectute.ch)**  
**Telefon 044 283 89 06**

**«Verschaffen Sie den Seniorinnen und Senioren in Ihrer Region Wohlbefinden und Spass.»**

**Vincent Brügger**

Leiter Bewegung, Bildung und Kultur

