



Aktuelle Themen Mai 2019

1. Hamm 2019: Gemeinsam. Besonders. Sportlich

1. Hamm 2019: Gemeinsam. Besonders. Sportlich

Unter diesem Motto findet in der Zeit vom 19. - 23. Juni 2019 in Hamm die Kombination aus 4. NRW-Landesturnfest und den 3. Landesspielen von Special Olympics NRW statt. Der Westfälische Turnerbund (WTB) und der Rheinische Turnerbund (RTB) sowie die Special Olympics NRW laden zu diesem gemeinsamen Event ein. Tausende Menschen werden im westfälischen Hamm erwartet. An vier Tagen dürfen sich die Teilnehmer/-innen und Gäste auf mitreißende Wettbewerbe, emotionale Momente und damit eine vielseitige und lohnenswerte Großveranstaltung freuen. Nähere Informationen sowie das umfangreiche Programm finden Sie [hier](#).

2. Gute Fitness senkt kardiovaskuläres Risiko deutlich

2. Gute Fitness senkt kardiovaskuläres Risiko deutlich

Was wir schon immer gewusst haben, wurde nun durch norwegische Mediziner in einer Langzeitstudie bestätigt. Eine gute körperliche Fitness senkt das kardiovaskuläre Risiko von Menschen deutlich. Sie konnten einen direkten Zusammenhang zwischen körperlicher Fitness und kardiovaskulären Problemen aufzeigen. Den ganzen Beitrag finden Sie in der [Zeitschrift Sportmedizin](#) (03/2019)

3. Ein Pluspunkt für Sport bei Parkinson

3. Ein Pluspunkt für Sport bei Parkinson

Dass Sport und Bewegung sich positiv auf motorische Einschränkungen auswirken, ist allgemein hin bekannt. Dass Bewegung nun aber auch nachgewiesen einen positiven Effekt auf kognitive Einschränkungen haben kann, beweist ein deutsch-australisches Forscherteam in einer systematischen Literaturanalyse, so ein Bericht aus der Ärzte Zeitung vom 09.03.2019. Unter anderem stellte sich dabei heraus, dass signifikante Verbesserungen kognitiver Symptome durch verschiedene sportliche Betätigungen erreicht werden konnten.

Weitere Informationen finden Sie in der [Ärzte Zeitung](#).

4. ÜL-B-Ausbildung Prävention - eine Bereicherung für die Gesundheit im Verein

4. ÜL-B-Ausbildung Prävention - eine Bereicherung für die Gesundheit im Verein

Sie sind Übungsleiter/-in im Breitensport und möchten etwas für Ihre und die Gesundheit Ihrer Teilnehmer/-innen tun. Dann ist die ÜL-B-Ausbildung Prävention das Richtige für Sie! Alle Details zur neuen ÜL-B-Ausbildung „Sport in der Prävention“ (Allgemeines Gesundheitstraining mit den Schwerpunkten „Haltungs- und Bewegungssystem“ und „HerzKreislauf-System“) sind [hier](#) nachzulesen.

5. Zusatzqualifikation im Bewegungsraum Wasser, Sport- und Tagungszentrum in Sundern-Hachen vom 01.- 03. November 2019

5. Zusatzqualifikation im Bewegungsraum Wasser, Sport- und Tagungszentrum in Sundern-Hachen vom 01.- 03. November 2019

Die Zusatzqualifikation im Bewegungsraum Wasser ist Voraussetzung für die Bezuschussung von

Präventionskursen im Bewegungsraum Wasser durch die gesetzlichen Krankenkassen. Weitere Informationen finden Sie [hier](#). Die Qualifizierungsmaßnahme wird zeitnah im Qualifizierungsportal des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen unter www.qualifizierung-im-sport.de veröffentlicht. Für Fragen und Informationen steht Ihnen Gabriele Pohontsch (Mail: Gabriele.Pohontsch@lsb.nrw oder Tel: 0203 7381-657) zur Verfügung.

6. LETZTE CHANCE zur Anmeldung: ImPuls-Forum vom 5. – 7.07.2019 im Sport- und Tagungszentrum Hachen (Sundern)

6. LETZTE CHANCE zur Anmeldung: ImPuls-Forum vom 5. – 7.07.2019 im Sport- und Tagungszentrum Hachen (Sundern)

Am 07.06.2019 schließt sich das Anmeldeportal zum ImPuls-Forum. Wir weisen darauf hin, dass nur noch ein begrenztes Kontingent an freien Plätzen zur Verfügung steht. Sichern Sie sich am besten noch heute Ihre Wunschveranstaltungen, ehe sie vergriffen sind. Zur Anmeldung geht es hier: [ImPulse zur Sport- und Vereinsentwicklung](#) Wir freuen uns auf Sie!