



KreisSportBund Euskirchen  
Markus Strauch, Jülicher Ring 32, 53877 Euskirchen

## Informationen

Verantwortlich: Der Landrat

Telefon: 0 22 51 / 15 - 679  
Telefax: 0 22 51 / 15 - 691  
E-Mail: [kontakt@ksb-euskirchen.de](mailto:kontakt@ksb-euskirchen.de)

---

Euskirchen, 07.10.2010

### Fortbildung mit dem Thema Sturzprophylaxe

**Kreis Euskirchen** – Die Bildungswerk-Außenstelle KreisSportBund Euskirchen bietet eine Fortbildung „Sturzprophylaxe“ an. Diese Fortbildung beinhaltet vorrangig die Koordinationsschulung und dabei besonders die Gleichgewichts-, Reaktions- und Umstellungsfähigkeit sowie das Krafttraining. In der Theorie wird sich mit der Thematik der Koordination und der Bedeutung für die Sturzprophylaxe auseinandergesetzt. In der Praxis wird die Koordinationsschulung aus verschiedenen Übungskombinationen, dem beidseitigem Üben und Bewegungsaufgaben nach Reizung des Gleichgewichtsorgans durchgeführt. Das Üben wird unter eingeschränkter optischer Kontrolle und durch wechselnde Bedingungen gestaltet. Weiterhin werden Übungen vorgestellt, die die Muskelleistung verbessern bzw. erhalten. Weitere Aspekte zur Sturzprävention wie die Beseitigung von Stolperfallen oder die Identifizierung von Sturzpatienten werden thematisiert. Die Fortbildung dauert insgesamt 30 Lerneinheiten und verteilt sich über zwei Wochenendfolgen. Dieses Fortbildungsangebot eignet sich für Mitarbeiter/innen von Sportvereinen, Senioreneinrichtungen und Krankenhäusern zur Durchführung von Bewegungsangeboten. Der Termin für die Fortbildung ist der 13./14.11.10 und 27./28.11.10 je Sa. 09.00 – 18.00 Uhr und So. 09.00 – 13.00 Uhr im Thomas-Eßer-Berufskolleg in Euskirchen. Die Leitung übernimmt die beim LandesSportBund NRW anerkannte Lehrkraft Katharina Klassen. Die Teilnahmegebühr beträgt 70,00 € mit einer Sportvereinsempfehlung bzw. 140,00 € ohne Sportvereinsempfehlung. Mit dieser Fortbildung kann die ÜL-C Lizenz verlängert werden. Für weitere Fragen, Informationen oder Anmeldung stehen wir Ihnen gerne unter 02251 / 15679 oder [kontakt@ksb-euskirchen.de](mailto:kontakt@ksb-euskirchen.de) zur Verfügung.