

Fortbildungsprogramm 2025

Erwachsenensportleitende PS LU

PRO SENECTUTE
Bildung+Sport

PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Module Fortbildung esa*: Thema 2024/25 «Innovieren und Umfeld pflegen»

Fortbildungspflicht: 2jährlich

Kurs	Sportart	Datum	Kursort	Zeit	Zusatzinfo	Kursleitung (Exp.)
108	Fitgym	25.01.2025	Sursee Turnhalle Neufeld	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Barbara Vanza Anita Tolusso
109	Fitgym	22.03.2025	Emmenbrücke Turnhalle Krauer	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Melanie Tresch Madeleine Wolf
110	Radsport	16.04.2025	Luzern AAL, Luzern Allmend	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen" Sicherheit auf dem E-Velo	Bruno Häberli
111	Tanzen	24.09.2025	Luzern Matthof	09.00 – 16.30	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Käthy Häcki
112	Fitgym	18.10.2025	Malters Turnhalle Muoshof	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Melanie Tresch Anita Tolusso
113	Nordic Walking	24.10.2025	Adligenswil Fussballplatz Löösch	09.00 – 16.30	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Melanie Tresch Ruth Indergand
114	Wasser- fitness	29.11.2025	Horw Hallenbad Spitz	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Judith Bollinger Jolanda Odermatt
115	Fitgym	22.11.2025	Willisau Turnhalle Schloss	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Barbara Vanza Madeleine Wolf

Fortbildung PS LU

Kurs	Wer	Datum	Kursort	Zeit	Kursinhalt	Kursleitung
001	neue esa- Leitende	23.05.2025	Luzern, Maihof PS LU	13.30 – 16.00	Einführungsnachmittag Einladung durch PS LU	Michèle Albrecht Corinne Kathriner
002	Alle	08.02.2025	Luzern, Maihof PS LU	09.00 – 12.00	Psychische Gesundheit Abwehrkräfte mobilisieren	Anette Hitz Christa Schwab
003	Alle	13.11.2025	Luzern Schulhaus Säli	19.30 – 21.30	Nothilfe Refresher	Samariterverein Luzern Pilatus
004	Alle/ Fitgym	15.03.2025	Kriens, Zentrum Bewegung4you	09.00 – 12.00	Rund um die Schulter	Nina Koopmann
005	Alle/ Fitgym	12.04.2025	Luzern, Bruchstrasse DG Freiraum	09.00 – 12.00	Entspannung – verschiedene Ansätze	Madeleine Wolf
006	Alle/ Fitgym	10.05.2025	Luzern, Bruchstrasse DG Freiraum	09.00 – 12.00	Bewegte Osteopathie	Cate Spinnler
007	Fitgym	24.05.2025	Luzern, Rotsee PS LU, Maihof	09.00 – 12.00	Outdoor-Training für Fitgym-Gruppen	Melanie Tresch
008	Alle/ Fitgym	06.09.2025	Sursee Turnhalle Neufeld	09.00 – 12.00	Gleichgewichtsproblemen und Schwindel auf der Spur	Cornelia Stüssi
009	Indoor/ Fitgym	20.09.2025	Wolhusen Turnhalle Rainheim	09.00 – 12.00	Ideen zum Lektionsstart und Aufwärmen	Barbara Vanza
010	Tanzen/ Fitgym	25.10.2025	Luzern, Neustadt Studio Scheitlin	09.00 – 12.00	Line Dance Kreativität für jede Lektion	Käthy Häcki

Fortbildung PS LU Tennis

-	Tennis	17.03.2025	Dierikon Sportcenter Rontal		Padel-Tennis	Lis Hunkeler
---	--------	------------	--------------------------------	--	--------------	--------------

Fortbildung PS LU Wasserfitness

-	Wasserfitness	Durchführung im 2-Jahres-Rhythmus alternierend zum MF Wasserfitness (2024/2026/2028 etc.)
---	----------------------	---

Module Fortbildung esa* extern: Thema 2024/25 «Innovieren und Umfeld pflegen»

Fortbildungspflicht: 2jährlich

Kurs	Sportart	Datum	Kursort	Zeit	Zusatzinfo	Organisation
-	Ski-langlauf	12.12.2025	Andermatt/Realp	09.00 – 16.00	"Innovieren + Umfeld pflegen"	Sportamt Uri
-	Schneeschuh	Durchführung im 2-Jahres-Rhythmus (2024/2026/2028 etc.)				Pro Senectute Nidwalden

Kursorganisation

Module Fortbildung esa* (Erwachsenensport)

Grundsätzlich gilt für alle aktiven Erwachsenensportleitenden sämtlicher Sportarten: **Alle zwei Jahre** ist der Besuch eines Moduls Fortbildung **obligatorisch**. Die Module Fortbildung sind **sportartenübergreifend**. Leitende, welche in mehreren Sportarten im Einsatz stehen, besuchen das Modul Fortbildung in der Hauptsportart.

Fortbildungen/Zusatzangebote Pro Senectute Kanton Luzern (PS LU)

Wir bieten euch weiterhin fachlich fundierte, fakultative und kostenlose Fortbildungskurse an.

Anmeldung

Wir nehmen Anmeldungen über unsere Website oder telefonisch entgegen. Aktive Leitende können sich für **maximal drei kostenlose Kurse** pro Jahr anmelden. Die Anmeldungen sind verbindlich. Bei freien Plätzen ist eine weitere Anmeldung per Telefon ab einer Woche vor Kurs möglich. Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Bei Überzahl führen wir eine Warteliste.

Anmeldung über unsere Website (Link)

www.lu.prosenectute.ch/Anmeldung-Sportleitende

Abmeldung

Leitenden PS LU wird bei Abmeldung **ab 14 Tagen und weniger** vor dem Kurs eine **Bearbeitungsgebühr von CHF 35.-**, bei **unentschuldigtem Fernbleiben von CHF 50.-**, in Rechnung gestellt. Für externe Teilnehmende gelten unsere AGB.

Kursannullierung / Warteliste

Bei einer Kursannullierung informieren wir euch so früh wie möglich. Bei ausgebuchtem Kurs führen wir eine Warteliste und werden euch, sofern ein Platz frei wird, kontaktieren.

Kurskosten

Halbtägige Fortbildungskurse CHF 90.- / Modul Fortbildung esa* CHF 130.-.

Für Gruppenleiter/innen, welche sich für Pro Senectute Kanton Luzern regelmässig freiwillig engagieren, sind die obligatorischen Module Fortbildung esa und die Fortbildungskurse PS LU kostenlos.