



Gesundheitssport

Aus- und Fortbildungen

2026

Dein Weg zur Gesundheitssport-Lizenz:

- 1 **Einstiegslehrgang** (30 LE)
↓
- 2 **Grundlagenmodul Fitness** (30 LE)
↓
- 3 **Trainer-C Fitness und Gesundheit** (60 LE)
↓
- 4 **Aufbaulehrgang Gesundheit** (45 LE)
↓
- 5 **ÜL-B Sport in der Prävention** (30 LE)

ÜL-B Sport in der Rehabilitation (70 LE)

Du hast bereits Lizenzen anderer Verbände bzw. Anbieter oder ein themenrelevantes Studium oder eine Berufsausbildung? Dann könnte Dein Weg zur Lizenz unter bestimmten Voraussetzungen kürzer sein! Informiere Dich bei unserer Bildungsberatung (Bildungsberatung@NTBwelt.de).



Die Schwerpunkte und Lernformate:



Die Relevanz der **Zielgruppe der Älteren** nimmt in unserer Gesellschaft einen immer höheren Stellenwert ein. Aus diesem Grund bieten wir ebenfalls Lehrgänge an, die die Bedürfnisse und Voraussetzungen älterer Menschen in den Fokus nehmen.

Lehrgänge mit diesem Symbol werden im **Blended-Learning-Format** durchgeführt. Dabei handelt es sich um eine Kombination aus Präsenztagen, Online-Veranstaltungen und Selbstlernaufgaben. Solche Lehrgänge haben im Vergleich zu den reinen Präsenzangeboten einen niedrigeren Präsenzanteil. In Verbindung mit den Online-Veranstaltungen lassen sich solche Lehrgänge häufig besser in den Alltag integrieren.



Lehrgänge mit diesem Symbol finden entweder ganz oder teilweise **unter der Woche** statt.

Du suchst nach Lehrgängen die ausschließlich am **Wochenende** stattfinden? Dann bist Du bei diesem Symbol genau richtig!



1 Einstiegslehrgang (30 LE)

Insgesamt bieten wir über 20 Einstiegslehrgänge verteilt in ganz Niedersachsen an. Über den nebenstehenden Link gelangst Du zu allen Terminen und weiteren Informationen.

[Alle Termine in der Übersicht](#)









Teilnahmevoraussetzungen:

keine

Kosten:

ab 90,00 €

2 Grundlagenmodul Fitness (30 LE)

#	Datum	Ort	
<u>040/26</u>	16.02. – 18.02.2026	Melle	
<u>045/26</u>	10.04. – 12.04.2026	Verden	
<u>044/26</u>	13.04. – 15.04.2026	Hannover	
<u>041/26</u>	08.06. – 10.06.2026	Melle	
<u>042/26</u>	17.08. – 19.08.2026	Melle	
<u>046/26</u>	04.09. – 06.09.2026	Leer	
<u>043/26</u>	05.10. – 07.10.2026	Melle	
<u>047/26</u>	16.10. – 18.10.2026	Göttingen	

Teilnahmevoraussetzung:

- absolvierter Einstiegslehrgang

Abschlussvoraussetzungen:

- Aktive Teilnahme

Kosten:

Ab 100,00 €

[Alle Termine in der Übersicht](#)

3 Trainer-C Fitness und Gesundheit (60 LE)

Teilnahmevoraussetzung:









- Grundlagenmodul Fitness oder Trainer-C (anderes Profil)

Abschlussvoraussetzungen:

- Erste-Hilfe (max. 2 Jahre alt)
- Themenspezifische Stundenplanung
- Ausarbeitung und Präsentation eines selbst gewählten Themas
- Teilnahme an den Praxisreflexionen

Kosten:

ab 205,00 €

	#	Datum	Ort
	<u>060/26</u>	18.02. – 20.02.2026 20.03. – 22.03.2026	Melle
 	<u>058/26</u>	18.02. – 20.02.2026 27.03. – 29.03.2026	Melle
	<u>062/26</u>	15.04. – 17.04.2026 15.05. – 17.05.2026	Hannover
 	<u>059/26</u>	10.06. – 12.06.2026 17.07. – 19.07.2026	Melle
	<u>061/26</u>	19.08. – 21.08.2026 02.10. – 04.10.2026	Melle
	<u>063/26</u>	11.09. – 13.09.2026 16.10. – 18.10.2026	Leer
	<u>064/26</u>	06.11. – 08.11.2026 11.12. – 13.12.2026	Göttingen

[Alle Termine in der Übersicht](#)

4 Aufbaulehrgang Gesundheit (45 LE)

#	Datum	Ort	
<u>072/26</u>	16.01. – 18.01.2026 20.02. – 22.02.2026	Sögel	WE
<u>070/26</u>	20.04. – 24.04.2026	Melle	W
<u>073/26</u>	08.06. – 12.06.2026	Göttingen	W
<u>075/26</u>	07.08. – 09.08.2026 11.09. – 13.09.2026	Bad Bevensen	WE
<u>074/26</u>	10.08. – 14.08.2026	Hannover	W
<u>071/26</u>	30.11. – 04.12.2026	Melle	W

Teilnahmevoraussetzung:

- Trainer-C Fitness und Gesundheit

Abschlussvoraussetzungen:

- Aktive Teilnahme

Kosten:

ab 140,00 €

*Alle Termine in der
Übersicht*

5 ÜL-B Sport in der Prävention – Allgemeines Gesundheitstraining (30 LE)

Teilnahmevoraussetzung:

- Absolvierter Aufbaulehrgang

Abschlussvoraussetzungen:

- Erste-Hilfe (max. 2 Jahre alt)
- Themenspezifische Stundenplanung
- Aktive Teilnahme

Kosten:

ab 130,00 €

#	Datum	Ort	
<u>087/26</u>	09.02. – 13.02.2026	Melle	Ä
<u>086/26</u>	18.09. – 20.09.2026 16.10. – 18.10.2026	Hannover	WE

*Alle Termine in der
Übersicht*



Die Kursleiterschulung für die standardisierten Programme ist in diese Ausbildung inkludiert. Im Anschluss hast Du die Möglichkeit, festgelegte Kursangebote über den NTB bei der ZPP zertifizieren zu lassen. Der Vorteil: TN können die Kursgebühren anteilig von den Krankenkassen erstattet bekommen.

*Übersicht
standardisierte
Programme*

5

ÜL-B Sport in der Rehabilitation – Sport in Herzgruppen / Sport bei Diabetes (70 LE)

#	Datum	Ort
090/26	26.01. – 30.01.2026	Melle
	27.02. – 01.03.2026	
091/26	15.08. / 22.08. / 29.08. / 08.09.2026	Online
	11.09. – 13.09.2026	Melle
	24.09. / 13.10.2026	Online
	16.10. – 18.10.2026	Melle
092/26	30.11. – 04.12.2026	Hannover
	18.12. – 20.12.2026	

Teilnahmevoraussetzung:

- Absolvierter Aufbaulehrgang

Abschlussvoraussetzungen:

- Erste-Hilfe (max. 2 Jahre alt)
- 4 Hospitation + Beobachtungsprotokolle
- Themenspezifische Stundenplanung
- Didaktischer Kommentar zur Stundenplanung
- Teilnahme an den Praxisreflexionen

Kosten:

ab 265,00 €

*Alle Termine in der
Übersicht*

5

ÜL-B Sport in der Rehabilitation – Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen/ Sport bei Osteoporose (70 LE)

Teilnahmevoraussetzung:

- Absolvierter Aufbaulehrgang

Abschlussvoraussetzungen:

- Erste-Hilfe (max. 2 Jahre alt)
- 4 Hospitation + Beobachtungsprotokolle
- Themenspezifische Stundenplanung
- Didaktischer Kommentar zur Stundenplanung
- Teilnahme an den Praxisreflexionen

Kosten:

ab 265,00 €

*Alle Termine in der
Übersicht*

#	Datum	Ort
096/26	20.03. – 22.03.2026	Sögel
	17.04. – 19.04.2026	
	12.06. – 14.06.2026	
094/26	09.05. / 16.05. / 23.05. / 02.06.2026	Online
	05.06. – 07.06.2026	Melle
	20.06. / 27.06.2026	Online
	03.07. – 05.07.2026	Melle
095/26	31.08. – 04.09.2026	Melle
	09.10. – 11.10.2026	
097/26	15.09. / 22.09. / 29.09. / 06.10.2026	Online
	09.10. – 11.10.2026	Göttingen
	24.10. / 14.11.2026	Online
	27.11. – 29.11.2026	Göttingen
098/26	16.10. – 18.10.2026	Bad Bevensen
	13.11. – 15.11.2026	
	05.02. – 07.02.2027	



Hierbei handelt es sich um eine **vollwertige Ausbildung für den orthopädischen Rehabilitationssport**. Es können im Anschluss alle orthopädischen Krankheitsbilder im Rahmen des Rehabilitationssports mit den Krankenkassen und Kostenträgern abgerechnet werden.

ÜL-B Sport in der Rehabilitation (Sport in Herzgruppen / Sport bei Diabetes)



8 LE			15 LE		
#	Datum	Ort	#	Datum	Ort
<u>222/26</u>	24.01.2026	Oldenburg	<u>226/26</u>	24.04. – 26.04.2026	Melle
<u>223/26</u>	27.06.2026	Göttingen	<u>228/26</u>	24.10. – 25.10.2026	Hannover
<u>220/26</u>	16.08.2026	Melle	<u>227/26</u>	30.10. – 01.11.2026	Clausthal-Zellerfeld
<u>221/26</u>	22.08.2026	Wittorf	<i>Alle Termine in der Übersicht</i>		
<u>224/26</u>	07.11.2026	Leer			

Sport bei Lungenerkrankungen (15 LE)

Du hast die Lizenz „Sport in Herzgruppen“ und möchtest zukünftig auch Lungenerkrankungen als Angebotsform im Rehabilitationssport aufnehmen? Dann bist Du bei dieser Fortbildung genau richtig.

Hinweis: Die Teilnahmebescheinigung dieser Fortbildung kannst Du nutzen, um eine Gruppe mit der Indikation „Lungenerkrankungen“ beim Behindertensportverband Niedersachsen (BSN) anerkennen zu lassen.

#	Datum	Ort
<u>210/26</u>	24.01. – 25.01.2026	Melle
<u>211/26</u>	20.06. – 21.06.2026	Hannover
<u>212/26</u>	26.09. – 27.09.2026	Sögel

Alle Termine in der Übersicht

Sport in Herzinsuffizienzgruppen (8 LE)

Mit dem überarbeiteten Muster 56 haben Ärztinnen und Ärzte nun die Möglichkeit, die Angebotsform / Indikation "Herzinsuffizienzgruppe" zu verordnen. Herzsportgruppen können grundsätzlich von allen Übungsleiterinnen und Übungsleitern geleitet werden, die im Besitz der Lizenzen „Sport in Herzgruppen“ oder "Innere Medizin" sind. Die Kostenträger und Verbände empfehlen jedoch eine themenspezifische Fortbildung.

#	Datum	Ort
<u>225/26</u>	28.06.2026	Melle
<u>229/26</u>	28.11.2026	Melle
<u>219/26</u>	05.12.2026	Hannover

Alle Termine in der Übersicht

ÜL-B Sport in der Rehabilitation (Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen / Sport bei Osteoporose)



Fortbildungen

8 LE			15 LE		
#	Datum	Ort	#	Datum	Ort
<u>230/26</u>	25.01.2026	Oldenburg	<u>237/26</u>	28.08. – 30.08.2026	Clausthal-Zellerfeld
<u>233/26</u>	21.02.2026	Wittorf	<u>236/26</u>	04.09. – 06.09.2026	Melle
<u>231/26</u>	25.04.2026	Oldenburg	<i>Alle Termine in der Übersicht</i>		
<u>232/26</u>	28.06.2026	Göttingen			
<u>234/26</u>	22.08.2026	Leer			
<u>235/26</u>	21.11.2026	Oldenburg			

Weitere Fortbildungsmöglichkeiten



Specials

Zusätzlich zu den profilspezifischen Fortbildungen bieten wir sog. Specials an. Specials haben meist individuelle Schwerpunkte und sind häufig für mehrere Lizenzen anerkannt.

Alle Termine in der Übersicht

Fortbildungen im Turnkreis

Du suchst nach einer sehr wohnortnahen Fortbildung? Eventuell bietet auch Dein Turnkreis eine an. Fortbildungen im Turnkreis werden im Bildungsportal mit einem „TK“ gekennzeichnet.

Alle Termine in der Übersicht

Online-Fortbildungen (4 LE)

Nach den Vorgaben des DOSB können maximal 50% der erforderlichen Lerneinheiten online absolviert werden. Somit reduziert sich der verpflichtende Präsenzumfang auf 8 LE. Wir bieten Dir deswegen verschiedene Online-Fortbildungen im Umfang von 4 LE an, die Du beliebig miteinander kombinieren kannst. Teilnahmevoraussetzung ist lediglich eine Lizenz der zweiten Lizenzstufe und die notwendigen technischen Voraussetzungen.

Alle Termine in der Übersicht



News, Downloads, Vergütungssätze, uvm.. Alles auf unserer Homepage



Sportarten > GYMWELT > Gesundheit

Übersicht
Gesundheitssport
Für Vereine & ÜL
Aktuelles
Angebot finden
Kontakt

GESUNDHEITSSPORT IM NTB

DER WEG ZU MEHR MITGLIEDERN

Alles, was Du dafür brauchst.



 www.NTBwelt.de
 Service@NTBwelt.de

NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

**Du hast Fragen oder Unterstützungsbedarf?
Wir helfen gerne!**

Bei Fragen zum Bildungsangebot:
Bildungsberatung@NTBwelt.de

Bei Fragen zu allen Themen im Gesundheitssport:
Gesundheitssport@NTBwelt.de

