

## Bundesweites Kompetenzzentrum für Menschen mit Blindheit und Sehbehinderung

## **FORTBILDUNGSANGEBOT**

## **Ein Band verbindet:**

## Fortbildung zum Laufguide für Menschen mit Blindheit oder Sehbehinderung

Ein Kurs für Lauftrainer und passionierte Hobbyläufer

Laufsport, insbesondere wenn er als Ausdauersport betrieben wird, wirkt sich erwiesenermaßen positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Gleichzeitig bietet das gemeinsame Laufen ein soziales Umfeld, in dem Menschen zusammenkommen, Kontakte knüpfen und sich als Teil einer Gemeinschaft erleben können. Blinde und sehbehinderte Menschen benötigen beim Laufen allerdings die Begleitung eines sehenden "Guides", der die erforderliche Orientierung und Sicherheit beim Laufen bietet. Für Betroffene ist es in Deutschland zurzeit jedoch ausgesprochen schwer, geeignete Laufguides zu finden.

Das vorliegende Fortbildungsangebot richtet sich an Läufer\*innen und Lauftrainer\*innen aus Sportvereinen als auch passionierte Hobbyläufer\*innen, die bereit sind, die Rolle als Laufguide für Personen mit einer Sehbeeinträchtigung zu übernehmen. Im Rahmen theoretischer und praktischer Unterrichtseinheiten erhalten die Teilnehmer\*innen alle wesentlichen Informationen und praktischen Erfahrungen, die für die sichere Begleitung von Menschen mit Sehbeeinträchtigung beim Laufen erforderlich sind, sei es im privaten Bereich beim Walken oder Joggen, oder bei der Vorbereitung und Durchführung von Wettkämpfen im Vereinssport.

Die wesentlichen Führtechniken und -kommandos werden im Rahmen von Praxisläufen erprobt, in denen die Teilnehmer\*innen paarweise die Rolle der sehbeeinträchtigten Person (unter einer Augenbinde oder Simulationsbrille) und als Guide einnehmen. Die Bereitschaft zu dieser besonderen Erfahrung wird vorausgesetzt. Für die Laufpraxis-Einheiten sollten entsprechende wettergerechte Sportkleidung und Laufschuhe mitgebracht werden.

Kleine Snacks und Getränke stehen zur Verfügung.

Termin: Samstag, der 08. Juli 2023, von 8:30 bis 18:00 Uhr

Ort: Marburg / Lahn

Treffpunkt: Universitätsstadion, Jahnstraße 12, 35037 Marburg

**Teilnehmerzahl:** max. 12 Teilnehmer\*innen

**Kosten:** 30 € pro Teilnehmer\*in

Anmeldeschluss: 23.Juni 2023

Internet: www.blista.de