

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

PILATES MIX (BODY&MIND, FUNCTIONAL-, HIGH-INTENSITY-TRAINING)

Veranstaltungsnummer	101FB4421
Start- / Enddatum	06.11.2021 - 07.11.2021
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Sporthalle Maisach Am Strasserwinkel 3,82216 Maisach
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB4421 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	PILATES MIX In diesem Kurs erhalten die Teilnehmenden Einblicke in verschiedene Trainingsmethoden, die Gestaltung eines wandelbaren Trainings von leicht (Einsteiger) bis schwer (Profis) und Ideen, wie Übungen neu verpackt werden können.
Inhalte	- Training und Eigengewicht - Training und Kleingeräte (Pilatesringe etc.) - Training mit Kleingewichten
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Die Originallizenz kann vor Ort abgegeben werden. Diese Fortbildung kann nicht als Teilanerkennung verwendet werden. Beide Tage müssen besucht werden.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Samstag: 09:00-17:30 Uhr Sonntag: 09:00-13:30 Uhr Bitte bringen Sie mit: Gymnastikmatte, Wechselkleidung, Handtuch, Schreibutensilien und Verpflegung (Essen und Getränke). Falls Sie am Veranstaltungstag Probleme bei der Anreise haben, können Sie sich gerne bei unserer Veranstaltungsleitung Frau Padilla-Ottl melden: Mobil 0177 6530041
Dokumente	Pilates-Mix_Teilnehmer.pdf
Veranstaltungsleitung	Bärbel Padilla-Ottl
Referenten	Marion Liebig

Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche
Übungsleiter B Sport für Ältere
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere
Übungsleiter B Sport in der Prävention

Pilates Mix

06.11. - 07.11. :

Meldeschluss

15.10.2021

Anzahl der Plätze

15

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern

Ansprechpartner

Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de