

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

YOGA-VARIATIONEN

Veranstaltungsnummer	101FB4922
Start- / Enddatum	30.10.2022 - 30.10.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Gymnastikraum VfR Haag Hagenastr. 21,85410 Haag an der Amper
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB4922 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de

Beschreibung

YOGA-VARIATIONEN

Inhalte

Du möchtest Yoga gerne einmal ausprobieren? Dann bist du hier genau richtig.
In dieser Fortbildung geht es darum, verschiedene Yoga-Variationen kennenzulernen und anschließend angepasst an die jeweilige Zielgruppe auszuwählen und anzuwenden.

- Hatha Yoga
- Sonnengruß
- Yoga für den Rücken
- Yin Yoga
- Yoga Nidra Entspannung

Teilnahmevoraussetzungen

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Sonstige Informationen

Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.

Organisatorische Hinweise

Veranstaltungszeiten:
Sonntag: 09:00-16:00 Uhr

Bitte mitbringen:

- eigene Matte
- Skript (ausgedruckt oder digital)
- Handtuch
- Schreibzeug
- warme Sportsachen und Socken
- Decke
- Yogaklötze, Gurt, Yogabolster (wenn vorhanden)
- Verpflegung (Essen und Getränke)
- eigene Tasse

Dokumente

Yoga_Lehrgang_301022.pdf

Veranstaltungsleitung	
Referenten	Petra Silberbauer
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport in der Prävention Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche
Yoga Variationen	30.10. - 30.10. :
Meldeschluss	16.10.2022
Anzahl der Plätze	16
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de