

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

NEUE TRENDS IM FRAUENSSPORT

Veranstaltungsnummer	10303FB0321
Start- / Enddatum	13.11.2021 - 13.11.2021
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Weiding, Chamtbatal-Sporthalle Bgm.-Holmeier-Platz 1, 93495 Weiding
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10303FB0321 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Inhalte	- Cardio und Ganzkörperworkout mit Trommel-Stäben statt Hanteln - Fitnesstraining mit Tanz – „Bewegen und Bewegen“ - Training mit unsichtbaren Geräten - alles mit dem eigenen Körpergewicht - Autodehnung und Mobilisation für den ganzen Körper - Achtsamkeit: Einführung in Progressive Muskelentspannung, Bodyscan sowie Traumreisen
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Organisatorische Hinweise	Bitte Gymnastikmatte, Wolldecke, Kissen, Socken, Handtuch und Getränke/Verpflegung fürs Training mitbringen!
Veranstaltungsleitung	Gabi Seidl
Referenten	Katharina Schindlatz Monika Uhl
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport in der Prävention Übungsleiter B Sport für Ältere
Neue Trends im Frauensport	13.11. - 13.11. : Weiding, Chamtbatal-Sporthalle
Meldeschluss	28.10.2021
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Cham
Ansprechpartner	Thomas Fink, thomas.fink@blsv.de