

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FUNKTIONELLES KÖRPERTRAINING

Veranstaltungsnummer	10506FB0522
Start- / Enddatum	22.10.2022 - 22.10.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Hersbruck, TV 1861 Hersbruck Mühlstraße 17, 91217 Hersbruck
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10506FB0522 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Rundum fit von Kopf bis Fuß
Inhalte	- Koordination & Kooperation mit Seilen. - Step Aerobic zur Schulung der Ausdauer. - Zirkeltraining zur Ganzkörperkräftigung. - Psychische & physische Entspannung durch Beweglichkeitstraining.
Zielgruppe	Übungsleiter/innen und Helfer/innen
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Organisatorische Hinweise	Bitte eigene Matten mitbringen!
Veranstaltungsleitung	Ingrid Dümmler
Referenten	Andrea Eismann
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention
Termin	22.10. - 22.10. :
Informationen zur Verpflegung	Bitte Verpflegung/Getränke selbst mitbringen!
Meldeschluss	21.10.2022
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Nürnberger Land
Ansprechpartner	Michaela Tesauo, mittelfranken@blsv.de