

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

NORDIC-WALKING UND FITNESS IN DER NATUR

Veranstaltungsnummer	107FB0924
Start- / Enddatum	22.06.2024 - 22.06.2024
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	TSV Bissingen (Sportheim) Erzbischof-Schreiber-Weg 12,86657 Bissingen
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 107FB0924 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Nordic-Walking für Anfänger und Fortgeschrittene bei jedem Wetter! Effektives Ausdauer- und Herz-Kreislauf-Training, beansprucht 90 Prozent der Muskulatur, schont die Gelenke. Schnelles Gehen wird durch zwei Stöcke im Rhythmus der Schritte unterstützt. Kraft- und Konditionsübungen für Naturbegeisterte.
Inhalte	Nordic-Walking Grundtechnik, Kreuzgang, Stockarten und -länge, „die 3 mal lang-Technik“, Schrittvarianten für unterschiedliches Gelände, lehren und trainieren, Kraft- und Koordinationsübungen in der Natur.
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Der BLSV und die BSJ verurteilen sexualisierte Belästigung und Gewalt. Auf all unseren Veranstaltungen fordern wir daher eine angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre ein. Sollten Ihre persönlichen Grenzen bei dieser Veranstaltung nicht gewahrt werden, können Sie sich mit dem Arbeitsbereich „Prävention sexualisierter Gewalt - PsG“ in Verbindung setzen. Die Ansprechpersonen der BSJ sowie weitere externe Anlaufstellen finden Sie hier .
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeit: 09:00 - 15:30 Uhr Bitte mitbringen: NW-Stöcke (Körpergröße mal 0,65 bis 0,7), gutes Schuhwerk und richtige Outdoor-Kleidung für jedes Wetter Telefon Nr. Veranstaltungsleitung, Gabi Hansbach 0176 78410576
Dokumente	PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv_01.pdf
Veranstaltungsleitung	Gabi Hansbach
Referenten	Wolfgang Schneider
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
Samstag	22.06. - 22.06. : TSV Bissingen (Sportheim)
Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied	55,00 €

**Informationen zur
Verpflegung**

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.
Bitte Verpflegung im Rucksack mitführen, Umkleiden und kurze
Pausen im Sportheim.

Meldeschluss

14.06.2024

Anzahl der Plätze

22

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Schwaben

Ansprechpartner

Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de