

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FIT IM KOPF - FIT IM KÖRPER

Veranstaltungsnummer	10706FB0124
Start- / Enddatum	09.11.2024 - 09.11.2024
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Realschule Burgau Gabelsbergerstraße, 89331 Burgau
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10706FB0124 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Bleib fit auch im Kopf - Gehirnjogging: Spielerisch trainiert man nicht nur den Bewegungsapparat, sondern auch sein Gehirn. - Hoop Workout: Eine Mischung aus Koordination und Kräftigung der Rumpfmuskulatur. - Line-Dance: Lust auf Bewegung mit Musik? In der Gruppe lernen Sie rhythmische Schrittfolgen und haben Spaß dabei. - Der beste Weg zur Rückengesundheit: Sanftes Body-Workout mit Rücken-Prävention, Rücken-Fitness Yoga und Elemente aus Pilates.
Inhalte	- Gehirnjogging - Line-Dance (Schnupperkurs) - Hoop Workout - Locker und aktiv, der beste Weg zur Rückengesundheit
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 - 16:00 Uhr Erklärung der Lage der Halle: Gabelsbergerstraße 8 Bis zum Ende der Straße fahren. Dort ist auf der linken Straßenseite der Eingang der Halle und auch die Parkplätze.
Dokumente	PsG-Selbstverpflichtung_2023_interaktiv.pdf
Veranstaltungsleitung	Manfred Skibbe
Referenten	Maria Manhardt-Bachmayer Renate Haupeltshofer Robert Sauter

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

09.11. - 09.11. : Realschule Burgau

**Informationen zur
Verpflegung**

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.
Ein Getränkeautomat ist vorhanden.

Meldeschluss

07.11.2024

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Günzburg

Ansprechpartner

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