

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### DREH DICH FIT-ROTATIONEN RICHTIG GESTALTEN

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10703FB0322
<b>Start- / Enddatum</b>	19.03.2022 - 19.03.2022
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Doppeltturnhalle Mindelheim Brennerstr. 4,87719 Mindelheim
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10703FB0322 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	In diesem Lehrgang erfährst Du, wie Du Rotationen richtig gestaltest. Der Theorieteil beinhaltet das Thema Wirbelsäule und Muskulatur in Bezug auf Rotation, die Wirkung von Drehhaltungen und auf was Du achten solltest, wenn Du Drehhaltungen anleitest bzw. ausführst. Der ausgiebige Praxisteil lässt Dich die Rotation der Wirbelsäule spüren.
<b>Inhalte</b>	Wirbelsäule und Muskulatur in Theorie und Praxis
<b>Zielgruppe</b>	Übungsleiter und Interessierte
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr Bitte Gymnastikmatte mitbringen. Bezüglich Corona gilt die 3G-Regel, FFP2-Maske und Mindestabstand von 1,5m.
<b>Dokumente</b>	Rotationen_Dreh_Dich_fit_fuer_Teilnehmer_2022_zum_Mitschreiben.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Annemie Meixner
<b>Referenten</b>	Brigitte Gnann
<b>Lizenzverlängerungen</b>	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
<b>Samstag</b>	19.03. - 19.03. : Doppeltturnhalle Mindelheim
<b>Informationen zur Verpflegung</b>	Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden. Erwerb von Kaffee und Kuchen ist vor Ort möglich.
<b>Meldeschluss</b>	05.03.2022
<b>Anzahl der Plätze</b>	30
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Unterallgäu - Memmingen
<b>Ansprechpartner</b>	Robert Häfele, <a href="mailto:robert.haefele@blsv-schwaben.de">robert.haefele@blsv-schwaben.de</a>