

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

NORDIC WALKING UND FITNESS RUND UM DEN LODERBERG

<b>Veranstaltungsnummer</b>	107FB0422
<b>Start- / Enddatum</b>	16.07.2022 - 16.07.2022
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Wasserspielplatz Neusäß-Hammel Mühlbachstr 24,86356 Neusäß OT Hammel
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 107FB0422 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Beschreibung</b>	Nordic Walking (NW) für Fortgeschrittene und Naturbegeisterte. Es ist ein Ganzkörpertraining, bei dem Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination gezielt trainiert werden. Beim NW lässt sich die Intensität individuell auf die Bedürfnisse des Einzelnen einstellen. Übungs- und Spielformen, Kraft- und Koordinationsübungen und Outdoorfitness mit allen Gerätschaften, die der Wald und das Gelände hergeben.
<b>Inhalte</b>	Nordic Walking trainieren Geländetaugliche Schrittvarianten Übungs- und Spielformen Kraft- und Koordinationsübungen im Gelände
<b>Zielgruppe</b>	Übungsleiter und Interessierte
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Sonstige Informationen</b>	Veranstaltungszeit: 09:00 - 15:30 Uhr Bitte nicht vergessen: Gutes Schuhwerk, Outdoor Kleidung und Nordic Walking-Stöcke)
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Claudia Linke Gabi Hansbach
<b>Referenten</b>	Gisela Geiß
<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>	16.07. - 16.07. : Wasserspielplatz Neusäß-Hammel
<b>Informationen zur Verpflegung</b>	Für Verpflegung und Getränke muss selbst gesorgt werden.
<b>Meldeschluss</b>	10.07.2022
<b>Anzahl der Plätze</b>	25
<b>Veranstalter</b>	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Schwaben
<b>Ansprechpartner</b>	Robert Häfele, <a href="mailto:robert.haefele@blsv-schwaben.de">robert.haefele@blsv-schwaben.de</a>