

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

EFFEKTIVES TRAINING FÜR DEN KÖRPER

Veranstaltungsnummer	20704FB0222
Start- / Enddatum	19.11.2022 - 19.11.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Grundschule Klosterlechfeld Poststr. 7,86836 Klosterlechfeld
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20704FB0222 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Fit mit dem Schwungstab - viele neue Ideen mit diesem vielfältigen Fitnessgerät. Fit mit Rock´n´Roll - eine fetzige Abwechslung für jede Stunde. Wir erarbeiten den Grundschrift und eine kleine, feine Choreographie Power Boxing - eine Mischung aus Boxen und Kicken zu Musik für Kondition, Koordination und Kraft. Faszial Release - mit Rollen. Um die angespannten, verklebten Strukturen zu schnellerer Regeneration anzuregen.
Inhalte	Fit mit dem Schwungstab Fit mit Rock´n´Roll Power Boxing Faszial Release
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Veranstaltungszeit: 09:00 - 15:30 Uhr Bitte mitbringen: Geeignete Sportkleidung, Matte, Rolle.
Veranstaltungsleitung	Jürgen Strobel
Referenten	Jutta Scheuffelhut Herta Rieder Sarah Wiesenberg
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	19.11. - 19.11. : Grundschule Klosterlechfeld
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden.
Meldeschluss	17.11.2022
Anzahl der Plätze	25
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Augsburg-Land

Ansprechpartner

Horst Koristka, horst.koristka@blsv-schwaben.de