

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

WIRBELSÄULENGYMNASTIK 2.0

Veranstaltungsnummer	101FB4222
Start- / Enddatum	22.10.2022 - 22.10.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	KNS Move Am Moosfeld 3,81829 München-Riem
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB4222 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de

Beschreibung

WIRBELSÄULENGYMNASTIK 2.0

Ein gesunder Rücken ist nicht nur beweglich sondern auch stark! Das große Ziel: schmerzfrei im Alltag und in der Freizeit sein!
Neben funktionellen Übungen in verschiedenen Ausgangspositionen mit und ohne Gerät stehen Körperwahrnehmung und das freudvolle Erleben einer leistungsfähigen Wirbelsäule im Vordergrund.

Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Samstag: 09:00-16:00 Uhr

Bitte mitbringen:
- Gymnastikmatte
- Handtuch
- Verpflegung (Essen und Getränke)
- Schreibzeug

Dokumente	PsG_Selbstverpflichtung_2022_beschreibbar.pdf Zeitplan_Wirbelsa__ule_2.0__22.10.22.pdf Skript_Wirbelsaeule_2.0_Koordination_und_Wahrnehmung.pdf 022_Wirbelsa__ule_2.0_Kraft_und_Beweglichkeit.pdf
------------------	--

Veranstaltungsleitung	Rita Harder
Referenten	Iris von Malm
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention

Wirbelsäulengymnastik	22.10. - 22.10. :
------------------------------	-------------------

Meldeschluss	09.10.2022
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de