

ÜL-FORTBILDUNG 15 UE

BUDDHA BALANCE | ZEN-GYMNASTIK

Veranstaltungsnummer	101FB0922
Start- / Enddatum	12.03.2022 - 13.03.2022
Dauer	15 UE
Veranstaltungsort	Wilhelm-Ernst-Grundschule Ingolstadt Stollstr. 2,85053 Ingolstadt
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB0922 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<h4>BUDDHA BALANCE ZEN-GYMNASTIK</h4> <p>Buddha Balance energetisiert und kräftigt den ganzen Körper, vitalisiert die Zellen, baut Stress ab und schärft die Sinnesorgane. Die verschiedenen Übungselemente haben ihren Ursprung in der Zen-Gymnastik. Durch diese einzigartige Verbindung von Zen und Gymnastik können Energieblockaden gelöst und somit der Energiefluss aktiviert werden. Gleichzeitig werden die Muskeln gekräftigt, die Beweglichkeit gefördert und Muskelverspannungen gelöst. Die sanft fließenden Bewegungen führen Sie zurück zur inneren Mitte und bringen Körper und Geist ins Gleichgewicht.</p>
Inhalte	Übungselemente mit Hintergrund der Zen-Gymnastik Kräftigungs- und Entspannungsübungen
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Die Originallizenz kann vor Ort abgegeben werden. Diese Fortbildung kann nicht als Teilanerkennung verwendet werden. Beide Tage müssen besucht werden.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Sa: 09:00-17:30 Uhr So: 09:00-13:30 Uhr Bitte mitbringend - Gymnastikmatte - Handtuch - Verpflegung - Schreibmaterialien - Skript Hinweis für die Anreise: Der Eingang der Halle befindet sich an der Felsenstraße.

Dokumente	PsG_Selbstverpflichtung_2022_beschreibbar.pdf Buddha_Balance_-_Theorie_BLSV_2022.pdf
Veranstaltungsleitung	Klaus Meier
Referenten	Heiko Czichoschewski
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
Buddha Balance I ZEN Gymnastik	12.03. - 13.03. :
Meldeschluss	27.02.2022
Anzahl der Plätze	25
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de