

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

BEWEGEN STATT SCHONEN

Veranstaltungsnummer	10303FB0322
Start- / Enddatum	12.11.2022 - 12.11.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Mittelschule Furth im Wald Aloys-Fischer-Platz 2,93437 Furth im Wald
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10303FB0322 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Inhalte	- Vorstellung eines Tanz-Fitness-Workouts, dass jedem Spaß macht, dass Herz-Kreislauf-System stärkt und für jeden geeignet ist - Ganzkörperworkout mit Drumsticks - Das Kniegelenk: Verletzungen, Behandlungsmöglichkeiten und Stabilitätsübungen zum Mitmachen (Theorie und Praxis) - Medizinische Grundkenntnisse in allgemeine Anatomie und Physiologie (Theorie) - Aufwärmen, Kraftausdauertraining und Krafttraining (Praxis)
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Organisatorische Hinweise	- Bitte Gymnastikmatte, Handtuch und Verpflegung mitbringen! - Kaffee, Getränke, Obst und Kuchen werden vom Sportkreis angeboten
Veranstaltungsleitung	Rainer Schmid
Referenten	Kai Dombrowsky Monika Uhl
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
Bewegen statt Schonen	12.11. - 12.11. : Mittelschule Furth im Wald
Meldeschluss	08.11.2022
Anzahl der Plätze	25
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Cham
Ansprechpartner	Thomas Fink, thomas.fink@blsv.de