

## ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

### BEWEGUNG IN DEN FRÜHLING: GESUNDHEITSSPORT IN JEDEM ALTER

<b>Veranstaltungsnummer</b>	10305FB0222
<b>Start- / Enddatum</b>	02.04.2022 - 02.04.2022
<b>Dauer</b>	8 UE
<b>Veranstaltungsort</b>	Rudolf-Scheuerer-Halle Schulstr. 39-43,92245 Kümmersbruck
<b>Anmeldung</b>	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10305FB0222 in das Suchfeld ein: <a href="https://www.blsv-qualinet.de">https://www.blsv-qualinet.de</a>
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Line Dance - Square Dance</li><li>- Testung der Haltung / Stabilität des Beckens</li><li>- vom Wirbelsäulentraining zum Rückentraining (Stabilität und Kraft)</li><li>- (Partner-)Übungen mit dem Turnstab</li><li>- Spiraldynamische Bewegung / Verschraubung</li><li>- Yoga Stretch / Entspannung</li></ul>
<b>Teilnahmevoraussetzungen</b>	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
<b>Organisatorische Hinweise</b>	

#### - SELBSTVERPFLEGUNG

##### BITTE MITBRINGEN:

- GYMNASTIK- ODER YOGAMATTE
- WARME SOCKEN
- SCHREIBBLOCK UND STIFT
- WENN VORHANDEN: OVERBALL UND TURNSTAB  
(KANN AUCH GESTELLT WERDEN)

<b>Dokumente</b>	2022_Handlungsleitfaden_SV.pdf PsG_Selbstverpflichtung_2022_beschreibbar.pdf
<b>Veranstaltungsleitung</b>	Angelika Hiltner
<b>Referenten</b>	Renate Lieb
<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>Bewegung in den Frühling</b>	02.04. - 02.04. : Rudolf-Scheuerer-Halle
<b>Meldeschluss</b>	27.03.2022
<b>Anzahl der Plätze</b>	30

**Veranstalter**

**Ansprechpartner**

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Amberg

Thomas Fink, [thomas.fink@blsv.de](mailto:thomas.fink@blsv.de)