

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

DREH DICH FIT-ROTATIONEN RICHTIG GESTALTEN

Veranstaltungsnummer	10703FB0322
Start- / Enddatum	19.03.2022 - 19.03.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Doppeltturnhalle Mindelheim Brennerstr. 4,87719 Mindelheim
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10703FB0322 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	In diesem Lehrgang erfährst Du, wie Du Rotationen richtig gestaltest. Der Theorieteil beinhaltet das Thema Wirbelsäule und Muskulatur in Bezug auf Rotation, die Wirkung von Drehhaltungen und auf was Du achten solltest, wenn Du Drehhaltungen anleitest bzw. ausführst. Der ausgiebige Praxisteil lässt Dich die Rotation der Wirbelsäule spüren.
Inhalte	Wirbelsäule und Muskulatur in Theorie und Praxis
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr Bitte Gymnastikmatte mitbringen. Bezüglich Corona gilt die 3G-Regel, FFP2-Maske und Mindestabstand von 1,5m.
Dokumente	Rotationen_Dreh_Dich_fit_fuer_Teilnehmer_2022_zum_Mitschreiben.pdf
Veranstaltungsleitung	Annemie Meixner
Referenten	Brigitte Gnann
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	19.03. - 19.03. : Doppeltturnhalle Mindelheim
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden. Erwerb von Kaffee und Kuchen ist vor Ort möglich.
Meldeschluss	05.03.2022
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Unterallgäu - Memmingen
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de