

ÜL - FORTBILDUNG 8 UE

NORDICWALKING UND FITNESS RUND UM DEN LODERBERG

Veranstaltungsnummer	107FB0421
Start- / Enddatum	12.06.2021 - 12.06.2021
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Wasserspielplatz Neusäß-Hammel Mühlbachstr 24,86356 Neusäß OT Hammel
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 107FB0421 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Nordic Walking für Fortgeschrittene und Naturbegeisterte. Es ist ein Ganzkörpertraining, bei dem Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination gezielt trainiert werden. Beim NW lässt sich die Intensität individuell auf die Bedürfnisse des Einzelnen einstellen. Übungs- und Spielformen, Kraft- und Koordinationsübungen und Outdoorfitness mit allen Gerätschaften, die der Wald und das Gelände hergeben.
Inhalte	Nordic Walking trainieren Geländetaugliche Schrittvarianten Übungs- und Spielformen Kraft- und Koordinationsübungen im Gelände
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Veranstaltungszeit: 09:00 - 15:30 Uhr Bitte Mitbringen: Gutes Schuhwerk und Outdoor-Kleidung. FFP2-Maske bitte nicht vergessen!
Veranstaltungsleitung	Claudia Linke
Referenten	Gisela Geiß
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport für Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention
Samstag	12.06. - 12.06. : Wasserspielplatz Neusäß-Hammel
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden.
Meldeschluss	08.06.2021
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Schwaben

Ansprechpartner

Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de