ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FIT IM KOPF - FIT IM KÖRPER

Veranstaltungsnummer	10706FB0124
Start- / Enddatum	09.11.2024 - 09.11.2024
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Realschule Burgau Spitzstr. 1,89331 Burgau
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10706FB0124 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Bleib fit auch im Kopf - Gehirnjogging: Spielerisch trainiert man nicht nur den Bewegungsapparat, sondern auch sein Gehirn. - Hoop Workout: Eine Mischung aus Koordination und Kräftigung der Rumpfmuskulatur. - Line-Dance: Lust auf Bewegung mit Musik? In der Gruppe lernen Sie rhythmische Schrittfolgen und haben Spaß dabei. - Der beste Weg zur Rückengesundheit: Sanftes Body-Workout mit Rücken-Prävention, Rücken-Fitness Yoga und Pilates.
Inhalte	- Gehirnjogging - Line-Dance (Schnupperkurs) - Hoop Workout - Locker und aktiv, der beste Weg zur Rückengesundheit
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Der BLSV und die BSJ verurteilen sexualisierte Belästigung und Gewalt. Auf all unseren Veranstaltungen fordern wir daher eine angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre ein. Sollten Ihre persönlichen Grenzen bei dieser Veranstaltung nicht gewahrt werden, können Sie sich mit dem Arbeitsbereich „Prävention sexualisierter Gewalt - PsG“ in Verbindung setzen. Die Ansprechpersonen der BSJ sowie weitere externe Anlaufstellen finden Sie hier.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr
Veranstaltungsleitung	Manfred Skibbe
Referenten	Maria Manhardt-Bachmayer Renate Haupeltshofer Robert Sauter
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	09.11. - 09.11. : Realschule Burgau
Veranstaltungspreis Frühbucher BLSV-Mitglied	**50,00 €** buchbar bis **17.08.2024**
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung ist selbst zu sorgen. Ein Getränkeautomat ist vorhanden.
Meldeschluss	31.10.2024
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Günzburg
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de