

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FIT VON KOPF BIS FUß

Veranstaltungsnummer	10711FB0123
Start- / Enddatum	11.11.2023 - 11.11.2023
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Dreifachturnhalle Dasing Schulstraße 5,86453 Dasing
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10711FB0123 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Inhalte	1) Brasils: Stabilität und Ausdauer in Einem 2) Rückenfit von Kopf bis Steiß mit dem Theraband 3) Yoga trifft Pilates 4) Faszientraining mit Vorher – Nachher – Effekt 5) Mobilisieren zum Beweglicher werden 6) 2 einfache Tänze 7) kleine Meditation
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr Bitte mitbringen falls vorhanden: Brasils, Theraband, Matte, Handtuch.
Dokumente	PsG_Selbstverpflichtung_2022.pdf
Veranstaltungsleitung	Heidi Lutz Linda Rieger
Referenten	Claudia Schreiter Susanne Adomeit
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	11.11. - 11.11. : Dreifachturnhalle Dasing
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung und Getränke ist selbst zu sorgen.
Meldeschluss	03.11.2023
Anzahl der Plätze	60
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Aichach-Friedberg
Ansprechpartner	Robert Häfele, robert.haefele@blsv-schwaben.de