

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

FUNKTIONELLES TRAINING MIT DEM STUHL (NICHT NUR FÜR ÄLTERE)

Veranstaltungsnummer	101FB0322
Start- / Enddatum	29.01.2022 - 29.01.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	KNS Move Am Moosfeld 3,81829 München-Riem
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB0322 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	<h3>FUNKTIONELLES TRAINING MIT DEM STUHL (NICHT NUR FÜR ÄLTERE)</h3> <p>Der Hocker bzw. Stuhl ist nicht nur im Sitzen ein perfekter Trainingspartner, sondern eignet sich auch hervorragend für ein kreatives Kraft- und Koordinationstraining u.a. als Sturzprophylaxetraining in verschiedenen Ausgangspositionen. Vorgestellt werden Übungsformen nur mit Hocker/Stuhl oder kombiniert mit anderen klassischen Geräten wie z.B. Stab oder Redondoball.</p> <p>Unterschiedliche Organisationsformen und die Verwendung von Musik bringen viel Spaß in jede Stuhlgymnastik.</p>
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: Samstag: 09:00-16:00 Uhr
	Bitte mitbringen: - Gymnastikmatte - Wechselkleidung - Handtuch - Schreibutensilien - Verpflegung (Essen und Getränke)
Dokumente	PsG_Selbstverpflichtung_12.11.2021.UEA.pdf Hocker__BLSV-Lehrgang_Duerr.pdf Hocker_BLSV-Lehrgang_Bastian.pdf
Veranstaltungsleitung	Gabriela Bastian
Referenten	Kerstin Dürr

Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention
Funktionelles Training	29.01. - 29.01. :
Meldeschluss	16.01.2022
Anzahl der Plätze	20
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de