

VERANSTALTUNG FÜR DIE GENERATION 60 PLUS

FIT FÜR DIE ZUKUNFT - GESUND DURCH BEWEGUNG (OHNE LIZENZVERLÄNGERUNG)

Veranstaltungsnummer	10303FB0526
Start- / Enddatum	20.06.2026 - 20.06.2026
Dauer	3 UE
Veranstaltungsort	Mittelbayerisches Rehabilitationszentrum ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10303FB0526 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Fit für die Zukunft - Gesund durch Bewegung für die Generation 60 plus: BLSV-Referenten und Mitarbeiter von der Reha-Klinik freuen sich auf Ihre Teilnahme und betreuen die verschiedenen Angebote.
Inhalte	Parcour mit folgenden 8 Stationen rund um die geistige und körperliche Fitness: <ul style="list-style-type: none">- Meine Hände im Einsatz- Bogen-Schießen- Vital durchs Wasser- Beckenboden-Training- Geist in Schwung- Musik in Bewegung- "Woast as no?" (Demenzverzögerer am Beispiel SV Wilting)- Wackelkontakt
Teilnahmevoraussetzungen	keine
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	ZUM LEHRGANG MITZUBRINGEN: <ul style="list-style-type: none">- bequeme Bekleidung/Schuhe Ansprechpartnerin für Fragen: BLSV-Seniorenbeauftragte Carola Höcherl-Neubauer Tel.: 0 99 41 / 35 57 E-Mail: carola.hoecherl-neubauer@blsv-cham.de PROGRAMMABLAUF:

Veranstaltung (3 UE) von 09:30 Uhr bis 15:00 Uhr mit 8 Fitnessstationen inkl. Gemütlichen Beisammensein (Mittagessen zu günstigen Preisen, Kaffee, Kuchen)

Veranstaltungsleitung

Carola Höcherl-Neubauer

Referenten

Ingrid Metschl
Karlheinz Sölch

Fit für die Zukunft - Gesund durch Bewegung

20.06. 09:30 Uhr - 20.06. 15:00 Uhr: Mittelbayerisches Rehabilitationszentrum

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

0,00 €

Veranstaltungspreis Nichtmitglied

0,00 €

Informationen zur Verpflegung

Für das leibliche Wohl sorgt die Küche im Mittelbayerischen Rehabilitationszentrum.

Meldeschluss

07.06.2026

Anzahl der Plätze

80

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Cham

Ansprechpartner

Thomas Fink, thomas.fink@blsv.de