

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

NEUE TRENDS IM FRAUENSSPORT

Veranstaltungsnummer	10303FB0118
Start- / Enddatum	07.04.2018 - 07.04.2018
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Grundschule Arnschwang (Turnhalle) Flachsgraben 4,93473 Arnschwang
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10303FB0118 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Inhalte	Fit und gut trainiert in das sportliche Frühjahr und in den Sommer mit: - Zeitsparend trainieren - kurze aber intensive Workouts: Crosstraining, HIIT-Training, Plyometrisches Training und intensives Bauch, Beine, Po - Wetbewerbscharakter im Fitnessbereich: Crosstraining, Indoor Obstacle Races - Functional Mobility: funktionelle Mobilitätsübungen und Mobility-Training als eigenständiges Workout
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Organisatorische Hinweise	<p style="text-align: center;">BITTE MITBRINGEN: - GETRÄNKE - HALLENSPORTKLEIDUNG - HANDTUCH - GYMNASTIKMATTE IN DER MITTAGSPAUSE GIBT ES EINE KOSTENLOSE BROTZEIT, KAFFEE UND KUCHEN.</p>
Veranstaltungsleitung	Gabi Seidl
Referenten	Birgit Fellner Matthias Schreiner
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter-C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter-C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Neue Trends im Frauensport	07.04. - 07.04.: Grundschule Arnschwang (Turnhalle)
Meldeschluss	25.03.2018
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Cham
Ansprechpartner	Thomas Fink, geschaeftsstelle@blsv-oberpfalz.de

