

Einladung

Das Amt für Kultur, Bildung und Soziales (KuBuS) der Stadtverwaltung Viernheim veranstaltet mit dem Sportkreis Bergstraße und dem Isb-Hessen eine Übungsleiter-Fortbildungsmaßnahme mit nachstehendem Thema:

Warm-up Ideen, Equipment - Einsatz mit Staby Schwingstab/Kurzhantel/Step, Entspannung - Faszien

Annett möchte mit Dir Deinen Kurs von Anfang bis Ende gestalten. Selbstverständlich beginnen wir alle mit einem Warm-up. Dieses kannst Du sehr vielseitig umsetzen, lass Dich inspirieren und begeistere Deine TeilnehmerInnen von Anfang an. Die Zusatzgeräte wie Staby, Kurzhantel und Step sind soweit in vielen Kursinhalten zu gebrauchen. Daher wollen wir mit neuen Ideen alle diese Equipments benutzen, ob sportlich dynamisch, im Stehen oder auf der Matte. Ein gelungener Abschluss ist die Entspannung mit Fokus Faszien. Der Geist und der Körper sollen eine Regeneration erfahren, zur Ruhe kommen und sich auf das nächste Mal freuen. Um das Seminar für Dich optimal durchzuführen, bist auch Du gefragt, was beschäftigt Dich, wie kann Annett Dir helfen oder können wir alle konstruktive Lösungen finden. Wir sehen uns....!

| | |
|--------------------|--|
| Referentin: | Annett Suchla van Dortmund |
| Teilnehmer/-innen: | Übungsleiterinnen/Übungsleiter, Trainerinnen/Trainer und Interessierte |
| Termin: | 09. März 2024, 9 – 17 Uhr |
| Ort: | Altes Kino, Ludwigstr. 23, 68519 Viernheim |
| Teiln.-Gebühren: | 40,- Euro (<i>wird am Veranstaltungstag vor Ort kassiert</i>) |
| Meldeschluss: | 26. Februar 2024 |

Kontakt und Anmeldung: Harald Hofmann, Bürgerhaus, Kreuzstr. 2-4, 68519 Viernheim, Mail: Harald.Hofmann@viernheim.de Tel.: 06204/988-407

P.S.: Bei der Anmeldung bitte Name und unbedingt den entsprechenden Verein angeben!

Dieser Lehrgang wird als Lizenzverlängerung anerkannt. Bitte Matte und falls vorhanden Staby und Kurzhantel mitbringen!