

## Ausschreibung

# Sport für Ältere - wie bleiben wir fit / Lehrgangs-Nr. 257403102003 - 8 UE

<b>Termin</b>	18.10.2025
<b>Meldeschluss</b>	04.10.2025
<b>Ort</b>	TG Schweinfurt 1848, Lindenbrunnenweg 51, 97422 Schweinfurt
<b>Kosten</b>	BTV-Mitgliedsvereine: 65,00 Euro / Sonstige: 97,50 Euro
<b>Mindestalter</b>	18
<b>Zul.voraussetzungen</b>	keine
<b>Inhalt</b>	Mit welche Auswirkungen von Bewegungsmangel kämpft die heutige Gesellschaft? Wie kann man frühzeitig gesundheitsschädliche Alltagsstrukturen erkennen und entgegensteuern? Wir erarbeiten gemeinsam Interventionsmöglichkeiten in Theorie und Praxis und erstellen ein Gesamtkonzept, in welchem neben Kraft und Beweglichkeit, der Fokus auch auf Ausdauer und Koordination liegt.
<b>Lizenzverlängerung</b>	ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene ÜL B Breitensport Sport in der Prävention Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche
<b>Ansprechpartner</b>	Katharina Harbig
<b>Anmeldung</b>	schriftlich: Bezirksgeschäftsstelle Unterfranken, Lindenbrunnenweg 51, 97422 Schweinfurt telefonisch: oder 0170/6510020 per Mail: unterfranken@btv-turnen.de