

Ausschreibung

Richtig Trinken im Sport / Lehrgangs-Nr. 251003082313 - 2 UE

Termin	23.06.2025 19:30 Uhr bis 23.06.2025 21:00 Uhr
Meldeschluss	16.06.2025
Ort	Zoom
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 20,00 Euro / Sonstige: 30,00 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	online: PC/Laptop oder Tablet, stabile Internetverbindung, Mikro (ausreichendes Audio), ggf. Webcam sonst: keine
Inhalt	Die Meinungen zum Thema "Trinken beim Sport" gehen weit auseinander. Während mancher Trainer seine Schützlinge vor dem „exzessiven Trinken“ warnt, empfehlen andere unbedingt zu trinken bevor der Durst sich meldet. In diesem Kurs lernst du: Was, Wann und Wie viel du trinken solltest - ein spannendes Thema aus dem Bereich Bewegung und Ernährung.
Ansprechpartner	Petra Walter
Lizenzverlängerung	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
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)