

Ausschreibung

Relaxen - Aber richtig! / Lehrgangs-Nr. 251003082080 - 8 UE

Termin	08.03.2025
Meldeschluss	24.02.2025
Ort	Eglseehalle TV Vohenstrauß, Hinterm Schloss 5, 92648 Vohenstrauß
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 65,00 Euro / Sonstige: 97,50 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	keine
Inhalt	Autogenes Training, Eutonie, Progressive Muskelrelaxation, Traumreise. Das alles sind Themen der Entspannung, die du schonmal gehört hast und wenn nicht, ist das auch nicht schlimm! Lerne alle diese Methoden bei unserem Lehrgang kennen und finde für dich und deine Gruppe das passende Mittel der Wahl was Entspannung angeht.
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
Ansprechpartner	Doris Bauer
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)