

Ausschreibung

Füße im Mittelpunkt - Standfestigkeit und Belastbarkeit ein ganzes Leben lang / Lehrgangs-Nr. 251003102307 - 4 UE

Termin	16.09.2025 18:00 Uhr bis 16.09.2025 21:15 Uhr
Meldeschluss	10.09.2025
Ort	Zoom
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 35,00 Euro / Sonstige: 55,00 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	online: PC/Laptop oder Tablet, stabile Internetverbindung, Mikro (ausreichendes Audio), ggf. Webcam sonst: keine
Inhalt	Wie bleiben meine Füße ein Leben lang standfest und belastbar? Was kann ich aktiv gegen Schmerzen in den Füßen und Beinen machen? In diesem Workshop lernst du durch gezielte Gymnastik die Fuß- und Beinmuskulatur aufzubauen, zu stärken und die Beweglichkeit zu erhalten.
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)