

Ausschreibung

Qi-Gong und Achtsamkeit Teil 1 / Lehrgangs-Nr. 251003082054 - 8 UE

Termin	27.09.2025
Meldeschluss	15.09.2025
Ort	N.N., Untere Dorfstraße 13, 87448 Waltenhofen
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 65,00 Euro / Sonstige: 97,50 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	keine
Inhalt	In diesem Lehrgang lernst du Achtsamkeit während sportlicher Übungen - Spüren, wie sich Anspannung und Entspannung durch verschiedene Ausführungen verändern. Außerdem behandelt ihr zusammen die Basics von Qi Gong und du erkundest die Frage: "Was ist Qi-Gong?".
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	Stefanie Schütz
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)