

Ausschreibung

Mobility: Zurück zur Beweglichkeit / Lehrgangs-Nr. 251003082023 - 8 UE

Termin	12.07.2025
Meldeschluss	30.06.2025
Ort	Sporthalle TSV Weißenhorn, Martin-Kuen-Straße 9, 89264 Weißenhorn
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 75,00 Euro / Sonstige: 112,50 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	keine
Inhalt	Mobility ist eine Übungsform zum Erhalt und zur Verbesserung der aktiven Beweglichkeit. Du lernst die Kombination aus Kraft- und Beweglichkeitstraining kennen und erfährst, wie du Übungen und einfache Flows im Warm up, Hauptteil oder Cool down deiner Stunden nutzen kannst.
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	Heiko Stein
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)