

Ausschreibung

Gymnastiklehrgang **Lg.-Nr: 188-03-19 / 8 LE/UE**

- Termin: Samstag, 10.03.2018
- Ort: Dreifachturnhalle, Pestalozzistr. 10, 87727 Babenhausen
- Veranstalter: Bayerischer Turnverband / Teilfachgebiet Gymnastik und Tanz / Turngau Allgäu
- Zielgruppe: Trainer / Übungsleiter / Trainerassistenten, die im Bereich Gymnastik tätig sind.
- Zulassungsvoraussetzungen: Mindestalter 18 Jahre
- Lehrgangsinhalte: Teil 1 „Boost – stretch – balance“ Ein gesundes Zirkeltraining
Teil 2 Beweglichkeit für die Wirbelsäule und Stabilisation für die gesamte Rumpfmuskulatur mit dem Flexi-Bar
Im ersten Workshop wird das grundsätzliche Halten und Schwingen des Flexi-Bar erlernt. Durch einfache Grundübungen wird der Einstieg in die "spürbaren" positiven Wirkungen erlernt. Im zweiten Workshop wird anhand eines durchgehenden Trainings ein komplettes Stundenbild (z. B. Rückentraining) durchgeführt.
Teil 3 Ballett Barre Workout Eine Mischung aus Ballettübungen und Pilates
Teil 4 Funktionelles Rückentraining mit Alltagsmaterialien (einschließlich Entspannungsteil)
- Lehrgangsleitung/
Örtliche Leitung/ AP vor Ort: Jutta Schmidt, Gaufachwartin für Gymnastik und Tanz im Turngau Allgäu
- Referenten: Wolfgang Götz, Präventionsübungsleiter, stellvertretender Gauvorsitzender Turnsport im Turngau Allgäu
Angela Götz, Präventionsübungsleiterin, Gauvorsitzende Fitness-und Gesundheitssport Turngau Allgäu
Christine Königes
- ÜN und Verpflegung: Für ÜN und Verpflegung bitte selbst sorgen!
- Anmeldung: Online unter www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html oder schriftlich mit dem Meldebogen 2018 an Bayerischer Turnverband, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München, Fax: 089/15702-317, E-Mail: lgaanmeldung@btv-turnen.de, Tel.: 089/15702-294 oder -288
- TN-Gebühren: BTV-Mitgliedsvereine 45,00 €
Sonstige* 68,00 €
- Meldeschluss: Montag, 12.02.2017, bzw. wenn der Lehrgang ausgebucht ist
- LZV der Lizenzen: 1. Lizenzstufe: Trainer C Breitensport Gymnastik-Rhythmus-Tanz, Übungsleiter C Allround-Fitness (früher Turnen-Fitness-Gesundheit), Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und Profil Kinder/Jugendliche

**für Nicht-Vereinsmitglieder (= nicht Mitglied in einem Sportverein des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) besteht während der Bildungsmaßnahmen des BTV kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung*