

Ausschreibung

Advanced Aerobic Instructor - Modul Kräftigung (15 LE/UE) / Lehrgangs-Nr. 3070004

Termine	24. Jul 2021 bis 25. Jul 2021
Meldeschluss	24. Jun 2021
Ort	TSV Kirchdorf am Inn Au 5 84375 Kirchdorf am Inn
Zielgruppe /	Trainer C Fitness und Aerobic ideal als Voraussetzung. Mindestens aber Basismodul BTV und Vorkenntnisse in Step, Aerobic und Kräftigung empfehlenswert.
Zulassungsvoraussetzung	
Lehrgangsinhalte	Aufbauend auf die Trainer-C-Ausbildung 1. Lizenstufe werden - nach einer kurzen Wiederholung der Workout-Übungen und deren technisch korrekter Ausführung sowie Korrekturanweisungen - weiterführende Übungen mit dem eigenen Körpergewicht vorgestellt. Aber auch Übungen mit Kleingeräten, wie z. B. Theraband und Step, werden im Satzprinzip vermittelt und auf Technik, Korrekturanweisungen und Zweckmäßigkeit hinuntersucht. Die dazugehörigen Dehnungen ergänzen das Kräftigungswochenende
Lehrgangsleitung	Susanne Böhm
Referenten	BTV-Referententeam
Anmeldung	schriftlich per Meldebogen oder unter www.btv-turnen.de an: lganmeldung@btv-turnen.de Bayerischer Turnverband e.V. Georg-Brauchle-Ring 93 80992 München
TN-Gebühren	BTV-Mitgliedsvereine 149,- € Sonstige 194,- €
Lizenzverlängerung	BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic Übungsleiter C Allround-Fitness

Bearbeiter: Ricarda Regler

Stand: 19.04.2021