



## Ausschreibung

### Lehrgang **GYMWELT**

## Wirbelsäule - Haltungsschwächen (8 LE/UE)

**Lg.-Nr: 198-17-65**

Termin:	16.03.2019
Ort:	91550 Dinkelsbühl
Veranstalter/Ausrichter:	Bayerischer Turnverband e.V.
Zielgruppe:	Trainer/Übungsleiter, Physiotherapeuten, Sportlehrer und Interessierte
Lehrgangsinhalte:	Gezieltes Training - speziell der Hals- und Lendenwirbelsäule - beugt Problemen in einem Bereich vor, der sich dadurch auszeichnet, hauptsächlich von Muskeln stabilisiert und bewegt zu werden. Degenerative Erkrankungen und Haltungsschwächen wirken sich auf die Funktionalität der Wirbelsäule aus und haben Verspannungen, Bandscheibenprobleme und Schmerzen etc. als Auswirkung. In diesem Kurs werden Anatomie und funktionelle Besonderheiten der Wirbelsäule vermittelt, sowie degenerative Erkrankungen erläutert. Es werden Übungen zur Wahrnehmung des Stützapparates im Alltag, zur Kräftigung und Entlastung der Wirbelsäule sowie Mobilisationsmöglichkeiten aufgezeigt.
Lehrgangsleitung / Referent:	Christoph Fox
Anmeldung:	Online unter <a href="http://www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html">www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html</a> oder schriftlich mit dem Meldebogen 2019. E-Mail: <a href="mailto:LGanmeldung@btv-turnen.de">LGanmeldung@btv-turnen.de</a> , Tel.: 089/15702 -294 oder -288
Für Rückfragen:	<a href="mailto:LGanmeldung@btv-turnen.de">LGanmeldung@btv-turnen.de</a> , Tel. 089/15702-294 oder -288
TN-Gebühren:	BTV Mitgliedsvereine: 50,00 € Sonstige: 75,00 €
Meldeschluss:	16.02.2019
LZV der Lizenzen:	1. Lizenzstufe: Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (neu ab 2018) BLSV Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und Profil Kinder/Jugendliche 2. Lizenzstufe: Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Übungsleiter B Sport für Ältere) Verlängerung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit.DTB

\*Für Nichtvereinsmitglieder (= nicht Mitglied in einem Sportverein des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) besteht während den Aus-, Fort- und Weiterbildungen des BTV kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung.