

Ausschreibung

Funktionelles Training mit dem TOGU Flexvit Mini Band (Workshop vom Gymnastival 2020) Lg.-Nr. 208-03-18 / 2 LE/UE

Termin:	19.11.2020 (Do, 18:00 – 19:30 Uhr)
Ort:	Online-Lehrgang über WEBEX Einwahldaten und Hinweise zur Nutzung werden nach Anmeldung mitgeteilt.
Veranstalter:	Bayerischer Turnverband e. V.
Zielgruppe:	Trainer/ Übungsleiter, Interessierte
Zulassungsvoraussetzungen:	Mindestalter 16 Jahre
Lehrgangsinhalte:	Das Band ist besonders leicht zu verstauen und bietet dem Trainer eine große Auswahl an funktionellen Übungen. Die Bänder sind besonders leicht zu transportieren und gut geeignet, um platzsparend ein multifunktionelles Gerät zu lagern. Ein kleines Gerät, dass für viele Stundenbilder und Gruppen zum Einsatz kommen kann. Mit einfachen und komplexen Übungen lassen sich vielfältige Muskelgruppen ansprechen und ein strukturiertes Training durchführen. Kraft, Gleichgewicht, Koordination, Ausdauer, Dehnungen, Sensomotorik, Körperwahrnehmung – alles ist möglich.
Wichtiger Hinweis:	<p>Es besteht für die Teilnehmer die Möglichkeit, das TOGU Flexvit Multiband zu einem vergünstigten Preis von 12,00 € (UVP 14,80 €) zzgl. Versand zu erwerben. Die Bestellung läuft über die Referentin, weitere Infos dazu folgen nach der Anmeldung.</p> <p>Es besteht keine Pflicht, das TOGU Flexvit Multiband zu erwerben, es kann auch mit eigenen ähnlichen Kleingeräten teilgenommen werden.</p> <p><i>Das TOGU FLEXVIT Mini ist klein, leicht und handlich. So hast Du Dein Trainingsgerät unterwegs mit dabei und findest in dem Mini Band den perfekten Reisebegleiter. Die kompakte Größe der Fitnessbänder und die enorme Übungsvielfalt ermöglichen ein effektives Training überall und auf engstem Raum – egal ob im Zimmer, im Park oder am Strand. Das Flexvit Mini ist langlebig und noch dazu hygienisch: das praktische Fitnessband ist waschbar bis 60 Grad. Farbe gelb: leicht; Farbe rot: mittel.</i></p>
Leitung/ Referentin:	Claudia Hölzl
Anmeldung:	Online unter www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html oder schriftlich mit dem aktuellen Meldebogen.
Für Rückfragen	LGanmeldung@btv-turnen.de , Tel. 089/15702-288 oder -294
TN-Gebühren:	BTV-Mitgliedsvereine 20,00 € Sonstige* 30,00 €



Meldeschluss: Donnerstag, 05.11.2020

Wenn Interesse besteht, das TOGU Flexvit Mini Band zu bestellen, ist eine Anmeldung bis spätestens 22.10.2020 notwendig.

Lizenzverlängerung: Übungsleiter C Allround Fitness, Trainer C Breitensport Gymnastik – Rhythmus – Tanz, Trainer B Breitensport Vorführungen und Choreografie, Übungsleiter B Sport in der Prävention, Übungsleiter B Sport für Ältere
BLSV-Übungsleiter C Profil Kinder/ Jugendliche und Erwachsene/ Ältere

*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.