Ausschreibung

Lehrgang GYMWELT

Pure Flow – alles fließt (8 LE/UE)
Lg.-Nr: 178-17-81

Termin:	20.05.2017 (Sa 10:00 - 17:00 Uhr)
Ort:	Vitalhof beim Winter, St.-Ulrich-Str. 15, 92269 Fensterbach
Veranstalter/Ausrichter:	Bayerischer Turnverband e.V. / Turngau Oberpfalz-Süd
Zielgruppe:	Trainer/Übungsleiter, Sportlehrer, Physiotherapeuten und Interessierte
Lehrgangsinhalte:	Der Kurs besteht aus 4 Komponenten: Toning Flow: Die etwas andere Bodytoning Stunde! Kraftvoll, energetisch und gleichzeitig ausgeglichen. Durch den Einsatz des Toning-Balls setzt Du andere Akzente, gleichzeitig geht eine Übung fließend in die andere über Back Flow: Im Back Flow dreht sich alles um sensomotorisches Rückentraining in fließenden Bewegungen. Zum Einsatz kommen Flow Tonic Pads mit denen Du durch gleitende Bewegungen die Stabilität in der Körpermitte besonders herausforderst. FLEXI-BAR® Flow: Eine fließende FLEXI-BAR®-Stunde mit dem Schwerpunkt auf Rücken- und Ganzkörperkräftigung. Eine Übung geht in die nächste über. Pure Pilates Flow: Pilates mit dem eigenen Körpergewicht. Pur, ohne weitere Hilfsmittel, gehen die fließenden Bewegungen elegant ineinander über. Flow Tonic Pads (oder alternativ 2 kleine Gästehandtücher, Teppichfliesen (alles was rutscht)) müssen selbst mitgebracht werden.
Lehrgangsleitung/Referentin:	Steffi Stock, Lehrerin für Fitness, Präventions- und Gesundheitssport
AP vor Ort/örtl. Leitung:	Dr. Marlene Groitl
Anmeldung an:	Online unter www.anmeldung.btv-turnen.de oder schriftlich mit dem Meldebogen 2017 an Bayerischer Turnverband, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München, Fax: 089/15702-317, E-Mail: lganmeldung@btv-turnen.de, Tel.: 089/15702 -294 oder -288
TN-Gebühren:	BTV-Mitglieder(Lg.-Geb. 48,00 € + Mittagessen 11,00 €) 58,00 € Sonstige (Lg.-Geb.72,00 € + Verpflegung 11,00 €) 83,00 €
Meldeschluss:	20.04.2017 bzw. wenn der Lg. ausgebucht ist (max. 25 TN)
LZV der Lizenzen:	1. Lizenzstufe: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit,Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und Profil Kinder/Jugendliche 2. Lizenzstufe: Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention sowie Verlängerung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit.

*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.