

Lehrgang „Sport für Ältere“

Fitte Senioren 50plus

Termin:

24. März 2012

Beginn: 9.00 Uhr, Ende: ca. 16.00 Uhr

Ort:

Rebühlschule, Adalbert-Lindner-Str. 9, 92637 Weiden (Nähe Elisabethkirche)

Thema:

„Schwungvoll älter werden“

Inhalte der Fortbildung:

- **ZUMBA®** – Fitness Spaß auch für Ältere
- Gutes für den Rücken mit „Luftballons“
- Rundum fit mit Turnmatten
- „Bayrische Volkstänze“

Umfang des Angebots/Lizenzverlängerung:

Der Lehrgang mit 8 Unterrichtseinheiten berechtigt zur Verlängerung der Lizenzen:

- ÜL-C Breitensport
- Profile Kinder/Jugendliche und Erwachsene
- ÜL-B Sport für Ältere (ehem. A+J)

Zur Verlängerung der Lizenzen sind 15 Unterrichtseinheiten nachzuweisen.

Lehrgangsgebühr:

25,00 € (Zahlung in bar zu Lehrgangsbeginn)

Referent:

Richard Wieser im DTB und BTV sowie BLSV

Teilnahmevoraussetzungen:

keine

Wichtige Hinweise:

Zu den Themen bringt der Referent Skripten und eine CD für 15,00 € mit.

Information/Anmeldung:

Helga Döderlein, BLSV Vertreterin „Sport für Ältere“ und Lehrgangsleitung.

Rebühlstr. 103, 92637 Weiden

Fon: 0961/23505

Fax: 0961/5207697

Anmeldeschluss: 17. März 2012