

Erfolgreicher Übungsleiter-Lizenzverlängerungslehrgang in Arnstorf



19 Teilnehmer waren mit Eifer bei der Sache, als es am 18.04./19.04.2015 in Arnstorf hieß, „Bunter Sport der uns Bewegt“



Die Übungsleiter wurden in Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Entspannung geschult.

Kooperationsspiele, Funktionsgymnastik und Entspannungstechniken wurden mit Spaß und den nötigen Ernst den Teilnehmern nähergebracht.

Verschiedene Trainingsgeräte wie, Kabelschächte, Dominosteine, Memory, Seile, Bälle, Holzstäbe, Gymnastikreifen und Medizinbälle kamen zum Einsatz. In einem Muskelfunktionstest wurde gezeigt, wie Muskeln arbeiten und ihre Funktion spürbar wird.

Mit viel Applaus bedankten sich die Teilnehmer bei Referent Eugen Hohenwarter für die interessanten Darbietungen.

Für die Ausrichtung und Leitung zeichnete Peter Ehgartner, stell. Kreisvorsitzender Rottal-Inn, Verantwortung.