

„Fit im Alltag“ – Gemeinsamer Frühjahrslehrgang des BLSV und BTV

49 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der gesamten Oberpfalz in der Weidener Berufsschulturnhalle zu Gast

Weiden. (Ist) „Fit im Alltag – Klasse S, im Gleichgewicht mit Körper und Geist“, so hat das Motto des gemeinsamen Frühjahrs-Lehrgangs des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) im Kreis Weiden-Neustadt/WN und des Bayerischen Turnverband (BTV), Turngau Oberpfalz Nord gelautet. Der fand vor kurzem mit 49 Teilnehmern aus der gesamten Oberpfalz in der Weidener Berufsschulturnhalle statt.

„Unsere Angebote ergänzen sich optimal“, sagten Marlene Stopfer Höhn, BTV-Referentin für Freizeit und Gesundheitssport, sowie Angelika Meiler, BLSV-Kreisbeauftragte für „Sport für Ältere“ übereinstimmend. Daher liege es nahe, erneut gemeinsam eine Aktion auf die Beine zu stellen, ergänzten BLSV-Kreisvorsitzender Ernst Werner und Turngau-Vorsitzender Volker Richter bei ihrer Begrüßung. Gleichzeitig wiesen beide auf den Herbstlehrgang hin, der dieses Mal am 11. November wieder in Neustadt/WN stattfinden wird.

Der Lehrgang in der Weidener Berufsschulturnhalle diente zur Verlängerung der Lizenz Trainer-C, ÜL-C, 2. Lizenzstufe: Sport für Ältere, Prävention (Trainer B Gesundheitssport) und Pluspunkt Gesundheit. Als Referentinnen fungierten Stopfer-Höhn und Meiler, die ein interessantes Programm zusammengestellt hatten. Auf der Tagesordnung standen die Themen „Sturzprophylaxe“, „Tanze – jeder Schritt hält fit“ und „Wohlfühlen durch Entspannung – wie man am besten dem Alltagsstress entflieht“.



Bildtext „Frühjahr“: 49 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der gesamten Oberpfalz nahmen am Frühjahrslehrgang des BLSV und des Turngaus in der Weidener Berufsschulturnhalle teil. **Bild:** Ist