

Gelungene Übungsleiterfortbildung des BLSV-Bezirks in Parsberg

„Rückgrat zeigen“ - ein starker Rücken, so lautete das Thema des zweitägigen ÜL-Verlängerungslehrganges am 11. und 12.11.2017 in Parsberg. Mit 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus der gesamten Oberpfalz war der Lehrgang wieder restlos ausgebucht.

Nach der Begrüßung und Einführung durch Lehrgangsleiter Robert Hoidn stand ein Übungspotpourri für eine starke und bewegliche Wirbelsäule mit Referentin Sylvia Krieg auf dem Programm. Nach der Entspannung für den Rücken ging es dann in die Mittagspause. Am Nachmittag folgte spielerisches Koordinations- und Gleichgewichtstraining für die Tiefenmuskulatur im Rücken mit Walter Rosenkranz. Der erste Tag klang dann mit Yoga für den Rücken mit Referent Andreas Bernowsky aus. Am Sonntagvormittag stand dann noch ein Rückenzirkel, Körperwahrnehmung, Dehnen und Entspannung mit Carmen Schneider auf dem Programm.

Das BLSV-Lehrteam des Bezirks Oberpfalz verstand es die Teilnehmer zu begeistern und die Übungsleiter konnten mit vielen neuen Impulsen in Theorie und Praxis die Heimreise antreten.

Auch im kommenden Jahr findet der ÜL-Verlängerungslehrgang unter dem Titel "Funktionelles Training" am 10./11.11.2018 in der Gymnasiumturnhalle in Parsberg statt. Der Verlängerungslehrgang kann bereits jetzt im QualiNet gebucht werden.

Text: Robert Hoidn