

„Fit mit 60plus“ – gemeinsamer Lehrgang des BLSV und BTV

41 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der gesamten Oberpfalz im Weidener Elly-Heuss-Gymnasium zu Gast

Weiden/Regensburg. (Ist) „Fit mit 60plus“ – so hat das Motto des gemeinsamen Frühjahrs-Lehrgangs des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) im Kreis Weiden-Neustadt/WN und des Bayerischen Turnverbands (BTV) – Turngau Oberpfalz Nord gelautet. Der fand am Samstag mit 41 Teilnehmern aus der gesamten Oberpfalz, von Tirschenreuth bis Regensburg und von Amberg bis Cham, im Weidener Elly-Heuss-Gymnasium statt.

„Unsere Angebote ergänzen sich optimal“, sagten Marlene Stopfer Höhn, BTV-Referentin für Freizeit und Gesundheitssport, sowie Sabine Stahl, BLSV-Kreisbeauftragte für „Sport für Ältere und Bildung“ übereinstimmend. Daher liege es nahe, nach den vielen hervorragenden gemeinsamen Aktionen erneut eine Veranstaltung in Weiden auf die Beine zu stellen, ergänzten BLSV-Kreisvorsitzender Ernst Werner und Turngau-Vorsitzender Volker Richter bei ihrer Begrüßung. „Wir brauchen junge Leute, die neue Ideen mit in unsere Vereine tragen“, so Werner weiter.

Der Lehrgang im Elly-Heuss-Gymnasium diene zur Verlängerung der Lizenzen „Trainer C Breitensport Turnen – Fitness – Gesundheit“, „Übungsleiter C - Profil Erwachsene/Ältere“, „Trainer B - Prävention, Sport für Ältere, Pluspunkt Gesundheit – Sport pro Gesundheit“. Als Referentin fungierte Diplom-Sportökonomin Mirelle Herpel aus Viereth-Trunstadt. Auf der Tagesordnung standen die Themen „Alltagsfit mit Alltagsmaterialien“, „Sturzprävention durch ganzheitliches funktionelles Training“ und „Geistig fit durch Bewegung“.



41 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der gesamten Oberpfalz nahmen am Frühjahrslehrgang des BLSV und des Turngaus im Weidener Elly-Heuss-Gymnasium teil. **Bild:** Ist