



Lehrgänge und Fortbildungen

Wellness / Fitness / Gesundheit

„Spaß am Koordinationstraining“

Wird mit 8 EU zur ÜL/FÜL Lizenzverlängerung anerkannt.

Veranstalter:	TG Oberlahn-Eder
Zielgruppe:	Übungsleiter/innen, Trainer/innen, Aerobic, Fitness, Gesundheitssport, Gymnastik und Wellness
Termin:	31. Aug. 2024
Uhrzeit:	9:30 bis 16:30 Uhr
Ort:	Mehrzweckhalle in 35043 Cyriaxweimar,
Referentin:	Michaela Reimann – (DTB-Referentin)
Gebühr:	50,- €, mit GymCard 45,- €
Meldeschluss:	11.08.2024
Anmeldung:	Geschäftsstelle Turngau Oberlahn-Eder Leopold-Lucas-Str. 46a, 35037 Marburg turngau-oberlahneder@gmx.de

„Spaß am Koordinationstraining“

Das Training der koordinativen Fähigkeiten ist unbestritten zu einem zentralen Bestandteil einer gesundheitsorientierten Übungsstunde geworden. Unabhängig von der Zielgruppe sollte dem koordinativen Training im Stundenverlauf regelmäßig Aufmerksamkeit geschenkt werden. Diese Fortbildung bietet mit Hilfe verschiedener Trainingsideen und spielerischen Elementen Einblick in die einzelnen Komponenten des Koordinationstrainings und zeigt auf, wie diese praktisch mit viel Spaß in eine Trainingsstunde integriert werden können. Mit den auch mal ungewöhnlichen Bewegungen werden nicht nur die Sinne geschärft, die Übungsstunden bekommen so auch neue Herausforderungen.

Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen.