

Ausschreibung

Einweisung in das standardisierte Kursprogramm: Funktional Trainieren in Kraft und Ausdauer - Outdoorprogramm / Lehrgangs-Nr. 241003082081 - 8 UE

Termin	15.06.2024
Teile	8 UE
Meldeschluss	02.06.2024
Ort	TSV Georgensgmünd, Petersgmünder Str. 17, 91166 Georgensgmünd
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 65,00 Euro / Sonstige: 97,50 Euro
Zielgruppe	Alle
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	gültige 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention / vergleichbare Ausbildung/ÜL2.LS
Inhalt	Bei diesem standardisierten Outdoorprogramm werden fünf funktionale Grundbewegungen mit den jeweiligen Variationen in der Natur trainiert und mit Ausdauer-elementen ergänzt. Diese Übungen werden mittels verschiedener Kraft- und Ausdauertrainingsmethoden zu einem kompakten Programm zusammengeführt. Der Kurs richtet sich an Personen, die die Grundlagen für ein Kraft-Ausdauer-Training mit viel Abwechslung und Spaß erlernen möchten.
Lizenzverlängerung	ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene ÜL B Breitensport Sport in der Prävention Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere
Ansprechpartner	Petra Walter
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)