

Ausschreibung

Rollator Fit® / Lehrgang-Nr. 241003102003 - 8 UE

Termin	27.04.2024
Meldeschluss	15.04.2024
Ort	Heilsbronn, 91560 Heilsbronn
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 65,00 Euro / Sonstige: 97,50 Euro
Zielgruppe	Alle
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	keine
Inhalt	In diesem Kurs beleuchten wir Theorie und Praxis unterschiedlicher Bewegungsangebote rund um den Rollator. Dabei stehen die motorischen Ziele wie Kraft und Ausdauer neben denen der Sturzprophylaxe, Konzentrationsförderung, kognitiver Leistungsfähigkeit sowie Förderung der Bewegungsgeschicklichkeit mit dem Rollator im Vordergrund. Der Rollator das Fitnessgerät der Zukunft für ältere Senioren, Bewegungsspaß und Freude, es gibt viele Ideen für den Einsatz des Rollators als Trainingsgerät in Bewegungsprogrammen.
Sonstiges	Bitte einen Rollator mitbringen.
Lizenzverlängerung	<ul style="list-style-type: none"> 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)