

Seniorenbeauftragte
Annemarie Weschta
Schopenhauerweg 11
84489 Burghausen

Tel.08677/65481
Fax 08677-876633
E- Mail aud.weschta@t-online.de

Kreislehrgang

Sport für Ältere –50 Plus

für alle Übungsleiterinnen-/ leiter, Nachwuchskräfte und Interessierte in den Vereinen

Fortbildung am **Samstag, 17.09.2011**

Ort: **Neuötting, Turnhalle am Kreishallenbad**

Beginn: **9.30 Uhr** Ende: **ca. 14.00 Uhr**

Referentin: **Christine Härtter Ingolstadt**

Themen:

1. Kreuzkoordinatives Aufwärmen aus der Kinesiologie
2. Flexibar- Variationen
3. Koordinationstraining für Sturzprävention
4. Entspannung

Teilnehmergebühr: **12.-- Euro**

Mitzubringen sind: Matte, Decke, wenn vorhanden: Flexibar und Balancekissen
Kleine Brotzeit und Getränk nicht vergessen!

Anmeldung bitte bis spätestens 12.09.2011 an mich! 08677/65481-Fax09677-876633
Oder E-mail: aud.weschta@t-online.de

Der Lehrgang kann mit 5 UE zur Lizenzverlängerung (C-Breitensport) angerechnet werden.

Mit sportlichen Grüßen

Annemarie Weschta
Seniorenbeauftragte

Bitte im Verein weitersagen!!!!!!

