



Übungsleiterfortbildung Senioren und Frauen



20.04.2024
beim
DJK-SV Oberndorf

Anmeldung an: **info@djkdv-muenchen.de**

Information:

Zeitplan:

Samstag: 20.04.2024 von 9:00 -15:00 Uhr

09:00 Uhr: Begrüßung Teilnehmer und Ablaufbesprechung

09:15 Uhr: Methoden zum Kennenlernen / Zielführende Problemlösungen

10:00 Uhr: Neurokinetik

11:30 Uhr: Mittagsessen

12:30 Uhr: Faszientraining und Mobilisation

13:15 Uhr: Entspannung

14:00 Uhr: Kultureller Abschluss – Besuch Schlossturm Haag

Referentin:

Stefanie Lenk

Physiotherapeutin/Neurokinetiktrainerin



Kosten:

20,- Euro für DJK-Mitglieder

25,- Euro für Nicht-DJK'ler

Kontoverbindung:

DJK Sportverband München und Freising

IBAN: DE28 7509 0300 0002 1474 91

BIC: GENODEF1M05

Verwendungszweck:

Frauenfortbildung+Name+Verein

Anmeldung:

info@djkdv-nuenchen.de

Der Lehrgang kann zur Verlängerung der Übungsleiter-C-Lizenz „Breitensport“ und der Übungsleiter-B-Lizenz „Sport in der Prävention“ im Umfang von 5 UE benutzt werden.