Gymwelt - Fortbildungen 2022

	Datum	Referent	Zielgruppe	Thema	Wo ?
1	5.März	Antje Krämer	Hochaltrige / Senioren 70 +	**Sturzprophylaxe**	Wolfach, Vereinssporthalle Herlinsbachweg 14
		Lehrgangsinhalt: Mit zunehmenden Alter lässt die Beweglichkeit nach und die Koordination wird schwächer. Durch gezieltes Training kann dies verlangsamt werden. Mit verschiedenen Übungen können die **Kondition**, der **Gleichgewichtssinn** und die **Koordination verbessert** und die **Muskeln gestärkt** werden.			
2	25.Juni	Lea Grünwald	Kinder 8-14 Jahre		Hornberg Sporthalle Gustav-Fimpel-Strasse
		Lehrgangsinhalt: • Erwärmung/Cool Down • Koordination + Kondition • Fitness • Dance*Street funky jazz			
3	12.Nov.	K.Brucker-Moosmann + ?	ÜL Fitness und Gesundheit	Abschlußlehrgang	Donaueschingen, Baar-Sporthalle Humboldtstraße 3,
		Lehrgangsinhalt > siehe Homepage AK 1 – Schulter-Nacken-Arme AK 2 - Tabata 50 + Bitte Yogamatte mitbringen !			

Bitte nachfolgende allg. Infos auf Seite 2 beachten !

Gymwelt - Fortbildungen 2022

Allgemeine Infos für alle 3 Fortbildungen

Lizenzverlängerung - 8 LE – 1.Lizenzstufe

Zeitplan Beginn 9.00 Uhr – Ende 16.30 Uhr
Enthalten 1 Std. Mittagspause, 30 Minuten Kaffeepause

Gebühren/TN 37,50 € BSTG-Vereine bzw. 50,00 € Nicht-BSTG-Vereine
Jeweils Incl. Mittagessen

Die Gebühren für Mitglieder der BSTG-Vereine werden mit der Jahresabrechnung dem Vereinskonto belastet.
Nicht-Turngaumitglieder bezahlen vor Ort bar gegen Quittung

Anmeldungen für alle BSTG Fortbildungen soweit keine anderen Angaben **Per Mail an die Geschäftsstelle geschaeftsstelle@badischer-schwarzwald-turngau.de**

Abmeldungen sind bis 5 Tage vor der Veranstaltung möglich. Danach wird die volle Gebühr fällig. Gerne kann bei kurzfristigen Ausfällen eine Ersatzperson geschickt werden.

Beachtet auch folgende Fortbildungen des BTB in unserem Turngau
Anmeldungen dazu erfolgen ausschliesslich über das Bildungswerk in Karlsruhe

Fit und Gesund
14. + 15.Mai 2022 * Mönchweiler (BTB-Jahresprogramm Seite 52)
Inhalte u.a.:
Schulter-Hüfte-Knie statt Bauch – Beine - Po
Diese Fortbildungen werden zur Lizenzverlängerung 1. + 2. Lizenzstufe anerkannt

„Gerätturnen Leistungsorientiert“
26.März 2022 * Schiltach (BTB-Jahresprogramm Seite 107)
Inhalte u.a.:
Methodische Erarbeitung des Rondat
Balkenspezifisches Voraussetzungstraining
Erarbeitung v. gymnastischen Sprüngen (nach C.d.P.) an Boden und Schwebebalken
Lizenzverlängerung 1. Lizenzstufe