



Fitness- und Gesundheitssport „Aus der Praxis für die Praxis“

Wann: Samstag, 17. Juni 2023
9.30 bis 13.30 Uhr

Wo: Kartung, Sportplatz bei der Seeräuberschenke
Am Fußgraben 1, 76547 Sinzheim



Unsere Halbtageslehrgänge mit dem Motto „Aus der Praxis für die Praxis“ kennt ihr ja bereits. Erstmals wollen wir mit diesem Halbtageslehrgang drei praxiserprobte Stundenbeispiele für draußen von Übungsleiter/innen aus unseren Vereinen zeigen.

“Outdoor – fit, frisch und gesund”
so das übergeordnete Thema dieses Halbtageslehrgangs.

Drei Stunden – drei Übungsleiter/innen – dreimal Training ohne Halle

„Nordic walking einmal anders“ mit Manfred Stößer

„Tai Chi“ mit Erich Essig

„bewegt spaziert“ mit Annette Schleif



Wir wollen zeigen, was ihr machen könnt, wenn die Halle anderweitig belegt ist, eine Pandemie uns ein Treffen in der Halle nicht erlaubt, ihr mit euren Teilnehmern Sport an der frischen Luft machen wollt ...

Eingeladen sind **Übungsleiter/innen und Trainer** – auch gerne **Neulinge und Quereinsteiger** - sowie **Teilnehmer** aus dem Bereich GYMWELT unserer Vereine.

Teilnahmegebühr: 20.- € je Teilnehmer/in

Anmeldung: bis Samstag, 3. Juni 2023 an die Turngaugeschäftsstelle
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Wir freuen uns auf viele interessierte und fitnessbegeisterte Teilnehmer aus unseren Vereinen. Bitte zieht euch wetterangepasste Kleidung und Schuhe an.