

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit unseren Teilnahmebedingungen sowie mit der Abbuchung der Kursgebühr im Lastschriftverfahren (21 Tage vor Veranstaltungsbeginn) einverstanden. Nennen Sie uns dazu bitte Ihre vollständige Bankverbindung.

Anmeldebestätigung

Etwa vier Wochen vor Ausbildungsbeginn erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit Wegbeschreibung und Liste der Teilnehmerinnen (zur Bildung von Fahrgemeinschaften).

Rücktritt

Falls Sie überraschend nicht teilnehmen können, stellen wir Ihnen bei einem Rücktritt innerhalb von 21 Kalendertagen vor Veranstaltungsbeginn eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30,00 € (evtl. zzgl. Übernachtungskosten für das 1. Wochenende) in Rechnung.

Kontakt

Auf Wunsch erhalten Sie unser ausführliches Programm. Fragen Sie Ihre Ortsvorsitzende, schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an:

Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Südbaden e.V.

Friedrichstr. 41, 79098 Freiburg

Telefon: 07 61 / 27 133-28

Telefax: 07 61 / 27 133-145

E-Mail: landfrauenverband@blhv.de

www.landfrauenverband-suedbaden.de

2012
2013

Ausbildung

Übungsleiterin für präventive Gymnastik



in Kooperation mit dem
Badischen Sportbund Freiburg

Sie treiben gerne Sport, sind von Gymnastik begeistert und wollen auch andere motivieren, mit Spaß an der Bewegung regelmäßig etwas für ihre Gesundheit zu tun?

Die Ausbildung zur Übungsleiterin für präventive Gymnastik qualifiziert Sie, eigene Gymnastikkurse nach den Kriterien des Gesundheitssports kompetent zu leiten. Neben theoretischen Informationen zur Trainingslehre, Anatomie und zum Aufbau einer Gymnastikstunde lernen Sie das breite Spektrum der Gymnastik in der Praxis kennen. Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt bei der Prävention.

INHALTE

- Funktionelle Gymnastik
- Ausdauerschulung für Erwachsene
- Gymnastik mit verschiedenen Geräten: Theraband, Stab, Reifen, Ball...
- Aerobic
- Beckenboden- und Venentraining
- Sportbiologische Grundlagen des Fitnessstrainings
- Grundlagen der Trainingslehre
- Methodische und pädagogische Informationen

ABSCHLUSS

Bei regelmäßiger Teilnahme und erfolgreicher theoretischer und praktischer Prüfung erhalten Sie die staatlich anerkannte Übungsleiterlizenz Ü/C Fitness/Gesundheit des Badischen Sportbundes.

T e i l n a h m e

VORAUSSETZUNGEN

Mitgliedschaft im LandFrauenverband Südbaden. Nichtmitglieder haben die Möglichkeit, sich einem Ortsverein anzuschließen.

Um zur Prüfung zugelassen zu werden,

- ist die Teilnahme an der gesamten Ausbildung unbedingt erforderlich.
- benötigen Sie einen Erste-Hilfe-Kurs (mind. 8 Doppelstunden), der nicht älter als zwei Jahre ist.

DAUER

Die Ausbildung umfasst 120 Stunden:

Grundlehrgang:

06.10.-07.10.2012 (Sa-So) und
04.11.-06.11.2012 (So-Di)

LVHS St. Ulrich, 79283 Bollschweil

Aufbau- und Prüfungslehrgang:

21.01.-25.01.2013 (Mo-Fr) und
15.04.-19.04.2013 (Mo-Fr)

Südbadische Sportschule, 76534 Steinbach

KOSTEN

250,- € für Mitglieder im LandFrauenverband inkl. Übernachtung im Doppelzimmer und Verpflegung.

WEITERE INFOS

Wenn Sie nähere Auskünfte wünschen, können Sie sich gerne telefonisch an uns wenden (Claudia Ossa, Tel.: 0761/27133-27).



Ich melde mich an zur „Ausbildung zur Übungsleiterin für präventive Gymnastik 2012 / 2013“

Grundlehrgang: LVHS St. Ulrich

Aufbau- und Prüfungslehrgang: Sportschule Steinbach

mit Übernachtung

mit Übernachtung

ohne Übernachtung

ohne Übernachtung

Name, Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon/Telefax _____ E-Mail _____

Bankverbindung: Name der Bank _____

BLZ _____ Konto-Nr. _____

Ich bin Mitglied im LandFrauenortsverein _____

Datum _____ Unterschrift _____