



Fortbildung am 16.11.2024 in Genthin

„Mobilisationstraining mit Yoga-Elementen“



- Termin:** Samstag, den 16.11.2024 von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr
- Ort:** Sporthalle SV Chemie Genthin e.V.
(Martha-Brautzsch-Straße 5, 39307 Genthin)
- Veranstalter:** Kreissportbund Jerichower Land e.V. in Zusammenarbeit mit SV Chemie Genthin e.V.
- Referent:** Manuela Kulik
- Anmeldungen:** bis 10.11.2024 mit dem Formular „Lehrgangsanmeldung“
- Teilnehmergebühr:** 8,- €, bitte vorher an den KSB überweisen
(Bankverbindung siehe Formular „Lehrgangsanmeldung“)
- Lerneinheiten:** 4 LE zur Lizenzverlängerung der DOSB Übungsleiter C-Lizenz Breitensport
sportartübergreifend
- Rückfragen an:** Vanessa Hoffmann (Tel.: 03921-727750; Mail: hoffmann@kreissportbund-jl.de)

Uhrzeit	Thema und Inhalte	Referent
09:00 – 12:00 Uhr	<i>Mobilisationstraining mit Yoga-Elementen – Stimulierung der Muskeln, Sehnen und Gelenke</i> Die Mobilisationsübungen mit Yoga-Elementen stärken die Muskulatur und verbessern die Beweglichkeit, wodurch die Gelenke entlastet als auch Verletzungen und Muskelverspannungen reduziert werden.	Manuela Kulik

Wir freuen uns über Deine Teilnahme

Datenschutz und Fotoerlaubnis:

Der KSB JL e. V. sowie der SV Chemie Genthin e. V. verpflichten sich, im Umgang mit personenbezogenen Daten zum Zwecke der Lehrgangsabwicklung, die Vorgaben des DSGVO einzuhalten. Die Datenschutzerklärung für Lehrgänge der KSB JL e. V. ist auf unserer Internetseite einzusehen.

Die Veranstaltung kann fotografisch begleitet werden. Die Aufnahmen können im Rahmen der Berichterstattung verwendet werden. Wird dies nicht erwünscht, ist dies bei der Anmeldung zur Veranstaltung anzuzeigen.