

NEU: STV-Bewegungsassistent Seniorensport**LEHRGANGSNUMMERN****RW 17-59****TERMINE****14.-15.10.2017 / Freiberg**

Meldeschluss: 15.09.2017

RW 17-60**25.-26.11.2017 / Oschatz**

Meldeschluss 23.10.2017

AUSBILDUNG 15 LE**INHALTE**

- theoretische und praktische Vermittlung von Basiswissen wie
- Führung von Sportgruppen,
- Planung, Aufbau von Übungsstunden,
- funktionelles Krafttraining im Alter mit und ohne Gerät
- altersgerechte Schulung koordinativer Fähigkeiten
- Bewegung und Gedächtnis
- altersgerechtes Mobilisieren, Beweglichkeitstraining, Entspannen
- Herz- Kreislauftraining mit Älteren
- Sturzprophylaxe
- körperliche Fitness testen

REFERENTIN Dr. Gudrun Paul, Grimma**LEITER / VERANSTALTER STV****ZIELGRUPPEN**

Interessierte Personen aus Turn- und Sportvereinen ohne bisherige Übungsleiter-/Trainerlizenz, die im Vereinssport bereits (vertretungsweise) Übungsgruppen betreuen oder künftig betreuen wollen und/oder sich Basiswissen im Seniorensport aneignen wollen; offen für interessierte Personen außerhalb des organisierten Vereinssports

HINWEISE

Der „STV-Bewegungsassistent Seniorensport“ kann auch als ein Ausbildungsmodul der Lizenzausbildung Fachübungsleiter C „Fitness & Gesundheit“ im Umfang von 15 LE angerechnet werden. Weitere Auskünfte zur Erlangung einer Übungsleiterlizenz Tel.: 03 41 - 14 93 86 65

TEILNAHMEGEBÜHR / ORGANISATIONSPAUSCHALE (*)**100,00 €**

für LSB-Mitglieder: 40,00 €

für STV-Mitglieder / Gymcard: 22,50 €

