



Fortbildungen des WTB im Siegerland Turngau 2012

DTB-Pluspunktspecial: Rücken aktiv

Modernes präventives Haltungs- und Rückentraining

Diese Fortbildung befähigt Übungsleiter zur Durchführung des neuen Einsteiger-Kursprogramms Rücken-Aktiv. Neben der Schulung einer natürlichen und gesunden Haltung und Bewegung, bei der die Wirbelsäule einen Teil eines Ganzkörper-Haltungskonzeptes darstellt, stellen vor allem der Einsatz komplexer funktioneller Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen den Schwerpunkt des Kurskonzeptes dar. Ein ganzheitlicher Ansatz, der den Abbau von Bewegungsmangel, die Vermittlung von Freude an der Bewegung sowie Entwicklung eines aktiven und gesunden Lebensstil in den Vordergrund stellt.

In dem Workshop wird der Aufbau und die Kursstruktur dieses neuen Kurskonzeptes Rücken-Aktiv vermittelt. Teilnahmevoraussetzung ist die 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention **Profil Haltung und Bewegung**“ bzw. professionelle Ausbildungen wie Sportlehrer, Sportwissenschaftler, Krankengymnasten, Physiotherapeuten, Gymnastiklehrer.

LG-Nr	2930020
Termin	11.3.2012
Zielgruppe	ÜL, Interessierte
Zeit	So 10 Uhr – 17 Uhr / 8 LE
Ort	AdH-Turnhalle, Köhlerweg 20, 57076 Siegen-Weidenau
Kosten	Gymcard Mitglieder Externe
ohne Ü/V	60,- 70,- 120,-
Leitung	DTB-Team
Lizenzverl.	ÜL, Tr. C Breitensport, ÜL-B



Anmeldungen bitte an:



Geschäftsstelle Westfälischer Turnerbund
Zum Schloss Oberwerries
59073 Hamm
02388 - 30000-26
wtb@wtb.de
www.wtb.de