

Fortbildungen 2019

Für Übungsleiter, Helfer und andere Interessierte



23. Februar 9 – 16.30 Uhr	„Fit in den Frühling“ (8 LE) (1. Lizenzstufe) <ul style="list-style-type: none">• Aroha• Stepp Intervall• Aerobic-Bauch-Beine-Po• Modern Stretching <p>Referentin: Anja Sickinger Organisation: Jeannette Kunoth Ort: Aegidiushalle, 69181 St. Ilgen</p>	28. Sept. 9 – 16.30 Uhr	„Wir machen den Körper und Geist fit“ (8 LE) (1. Lizenzstufe) Für Ältere, Senioren und Hochbetagte <ul style="list-style-type: none">• Beckenboden• Brain-Fit-fit und vital• Spaß mit Aerobic in allen Variationen:<ul style="list-style-type: none">▪ Basics und einfache Choreographien für jeden <p>Referentin: Anja Sickinger Organisation: Annerose Ruf Ort: TV Halle, Hauptstr. 74 69245 Bammental</p>
25. Mai 9 – 16.30 Uhr	„Fitness 3D: Kraft - Cardio – Beweglichkeit“ (8 LE) (1. Lizenzstufe) <ul style="list-style-type: none">• Warm-ups - verschiedene Schwerpunkte• Zirkeltraining - von der Planung bis zur Durchführung• Eigengewichtstraining – nutze Deine innere Kraft• Nacken - Schulter - Wirbelsäule: Stabilität und Beweglichkeit <p>Referentin: Silke Bonow Organisation: Ille Hums Ort: TV Halle, Hauptstr. 74 69245 Bammental</p>	30. November 14.30 –18 Uhr	Jahresabschluss: Treffen aller ÜbungsleiterInnen des Turngaus Heidelberg <ul style="list-style-type: none">• Kaffeetrinken, Gespräche und Singen• Lesung mit Rita Hausen: Heiter, skurril oder nachdenklich. Kurzgeschichten• Erika Fein, Gitarre <p>Organisation: Ressort Frauen, TG Heidelberg Ort: TV Halle, Jugendraum, Hauptstr. 74, 69245 Bammental</p>
			<p>Fortbildungen für die 2. Lizenzstufe werden nur über den BTB angeboten! Informationen über die Fortbildungen auf der Homepage des TG Heidelberg, in der Badischen Turnzeitung oder Anruf bei den zuständigen Fachwarten.</p> <p><u>Preise:</u> Mitglieder Turngau Heidelberg 30 Euro; Mitglieder anderer Turngaue 40 Euro; Gäste 60 Euro</p>

Wir kümmern uns ...

Annette Gärtner

Stellvertr. Gauvorsitzende, Gauturnrätin Frauen
Gartenstr. 1, 69251 Gaiberg
Tel.: 0 62 23 / 40 52 8
E-Mail: Frauen@turngau-heidelberg.de

Jeannette Kunoth

Gaufachwartin „Aerobic + Dance, Vorführungen + Show“
Theodor-Heuss-Str.100, 69181 Leimen
Tel. 0 6224 / 82 78 32 3
E-Mail: Aerobic@turngau-heidelberg.de

Ille Hums

Gaufachwartin “Erwachsene”
Lessingstr. 2, 69190 Walldorf
Tel.: 0 62 27 / 64 60 4
E-Mail: Erwachsene@turngau-heidelberg.de

Annerose Ruf

Gaufachwartin “Ältere und Senioren“
Waldstr. 45, 69245 Bammmental
Tel.: 0 62 23 / 40 35 0, Fax: 0 62 23 / 97 24 33
E-Mail: Aeltere@turngau-heidelberg.de

Frauen und Männer aktiv

Fortbildungen 2019

