



## Ausschreibung

### Lehrgang **GYMWELT**

## **Wirbelsäule - Haltungsschwächen & degenerative Erkrankungen (8 LE/UE), 188-17-60**

Termin:	22.09.2018
Ort:	Schulturnhalle, Ingolstädter Str. 2, 85092 Kösching
Veranstalter/Ausrichter:	Bayerischer Turnverband/Turngau Donau-Ilm
Zielgruppe / Zulassungs- Voraussetzungen:	Trainer/Übungsleiter, Physiotherapeuten und Interessierte
Lehrgangsinhalte:	Gezieltes Training - speziell der Hals- und Lendenwirbelsäule - beugt Problemen in einem Bereich vor, der sich dadurch auszeichnet, hauptsächlich von Muskeln stabilisiert und bewegt zu werden. Degenerative Erkrankungen und Haltungsschwächen wirken sich auf die Funktionalität der Wirbelsäule aus und haben Verspannungen, Bandscheibenprobleme und Schmerzen etc. als Auswirkung. In diesem Kurs werden Anatomie und funktionelle Besonderheiten der Wirbelsäule vermittelt, sowie degenerative Erkrankungen erläutert. Es werden Übungen zur Wahrnehmung des Stützapparates im Alltag, zur Kräftigung und Entlastung der Wirbelsäule sowie Mobilisationsmöglichkeiten aufgezeigt.
Lehrgangsleitung:	Christoph Fox
AP vor Ort/örtl. Leitung:	Angelika Satzinger
Referent/in/en:	Christoph Fox
Anmeldung:	Online unter <a href="http://www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html">www.btv-turnen.de/qualifizierung/lehrgangssuche.html</a> oder schriftlich mit dem Meldebogen 2018.
TN-Gebühren:	BTV-Mitgliedsverein 50,00 € Sonstige 75,00 €
Meldeschluss:	22.08.2018
LZV der Lizenzen:	1. Lizenzstufe Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene (neu ab 2018) Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und Profil Kinder/Jugendliche 2. Lizenzstufe: Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention Übungsleiter B Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Übungsleiter B Sport für Ältere) Verlängerung des Qualitätssiegels Pluspunkt Gesundheit.DTB

\*Für Nichtvereinsmitglieder (= nicht Mitglied in einem Sportverein des Bayerischen Landes-Sportverbandes (BLSV) besteht während den Aus-, Fort- und Weiterbildungen des BTV kein Versicherungsschutz über die ARAG-Sportversicherung.