



TURNGAU WETTERAU - VOGELSBERG

Turngau Wetterau-Vogelsberg Ringstr. 22 63695 Glauburg

Fortbildung „Körperstockwerke – Kommunikation zwischen den Etagen“

Termin: **02. November 2024, 9.00 – 16.00 Uhr**

Ort: Bürgerhaus Stammheim, Hainbachstr. 1, 61197 Florstadt-Stammheim



Referentin: Sonja Hergert

Sportwissenschaftlerin, Physiotherapeutin, Personal Trainerin

Gebühr: 55,00 €

Zielgruppe: Übungsleiter*innen, Trainerassistenten*innen, Interessierte

Diese Fortbildung wird vom Hessischen Turnverband mit 8 LE zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Was haben die Füße mit dem Beckenboden zu tun, und wieso hat dieser wiederum Einfluss auf den Spannungszustand im Rücken? Elemente aus der Spiraldynamik, dem Beckenbodentraining, dem Faszientraining und anderen Techniken stellen eine Verbindung von Kopf bis zum Fuß her und machen spürbar, dass unser Körper als Gesamtsystem reagiert und beeinflussbar ist. Auch aus der fernöstlichen Energiearbeit runden Ideen die Ganzheitlichkeit des Tages ab, denn Körper und Geist sind untrennbar an Spannungszuständen, Schmerzen oder Wohlbefinden beteiligt.

Nimm neue Ideen für deine Kurse im Bereich Rücken-, Haltungs- und Fitnesstraining mit.

Anmeldung bitte an den Turngau Wetterau-Vogelsberg, Mail: info@turngau-wv.de

IBAN: DE12 5185 0079 0085 0002 76



Turngau Wetterau–Vogelsberg e.V.
im Hessischen Turnverband
<http://www.turngau-wv.de>





TURNGAU WETTERAU - VOGELSBERG

Anmeldung zur Fortbildung „Körperstockwerke – Kommunikation zwischen den Etagen“ am 02.11.2024

Vorname Nachname: _____

Straße und Ort: _____

Telefon Nr. mobil: _____

E-Mail: _____

Verein/Einrichtung: _____

Datum und Unterschrift: _____

Anmeldung bitte an den Turngau Wetterau-Vogelsberg
Mail: info@turngau-wv.de

Überweisung der Teilnahmegebühr bitte bis zum **15.10.2024** an

Turngau Wetterau-Vogelsberg e.V.
Verwendungszweck: Fortbildung Körperstockwerke

IBAN: DE12 5185 0079 0085 0002 76



Turngau Wetterau–Vogelsberg e.V.
im Hessischen Turnverband
<http://www.turngau-wv.de>

