



6 Männerturnen

Titel des Lehrgangs:
 Fachbereich des MNTG:
 Ort:
 Lehrgangsdatum:
 Datum Anmeldeschluss:
 Referent/in:

Bewegungsmix – Männer in Aktion
 Männerturnen - Gymwelt
 74722 Buchen-Hettingen, Turnhalle
 04.11.2023, 09.30 bis 16.30 Uhr
 22.10.2023
 n.n

Kurzbeschreibung Themeninhalte:

Die Fortbildung richtet sich gezielt an Übungsleiter*innen mit und ohne Lizenz, auch an Helfer, Quereinsteiger und Sportlehrer*innen in den Männerturn- und Freizeitsportabteilungen, die neue Anregungen für ihre Arbeit suchen, abwechslungsreich und spielerisch trainieren und somit die Übungsstunde wieder interessanter und auch anspruchsvoller gestalten wollen.

Inhalt der Fortbildung:

Kraft aus der Mitte. Über die Ansteuerung der Körpermitte zum Bauchmuskeltraining, sinnvoll und effektiv weiter zum hochintensiven Intervalltraining mit coolen Reckbeats / Stretching für Männer/Frauen - eine „Herausforderung“. Ein Übungsangebot (nicht nur) für Männer.

Der Lehrgang wird mit 8 Lerneinheiten für die 1. Lizenzstufe angerechnet.

Verantwortliche/r:
 (Name, Adresse, Tel. und Email)

Klaus Müller
 Waldhornstraße 25
 74722 Buchen
 Tel.: 06281/3965
 E-Mail: mueller-hettingen@freenet.de

Kosten:

28,-EUR für Mitgliedsvereine des MNTG;
 56,-EUR für Nichtmitgliedsvereine. Überweisung bei Anmeldung auf das Konto des MNTG: IBAN: DE17673525650006009427. BIC: SOLADES1TBB, Sparkasse Tauber-Franken. **Verwendungszweck:** 04.11.2023