

Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

Verband für Spitzen-, Breiten-, Gesundheits- und Freizeitsport im Rheinischen Turnerbund

Oberhausen, 15.03.2019
R.-Nr. 1219L30

An alle Vereine im Turnverband Rechter Niederrhein e. V.
mit der Bitte um Weiterleitung an alle Trainer/innen, Übungsleiter und Interessierte

Ausschreibung: C-Lizenzverlängerung

Lehrgang: Step and Bop for beginners

Veranstalter: Turnverband Rechter Niederrhein
Bereiche: Gymnastik, Tanz, Aerobic, Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport
Ort: Turnhalle der Eschenburgschule Arminiusstr. 38 in 47441 Moers Asberg

Zeitpunkt: Sa, 11.05.2019 10.00-17.00 Uhr (insgesamt 8 LE)

Referent: Petra Meier Haesters, C-Lizenz, Sozial-und Freizeitpädagogin
Isabella Hennig, C-Lizenz, Gesundheitsberaterin

Lehrgangsleitung: Ursel Lefort / Isabella Henning

Zielgruppe: Trainer/innen und Übungsleiter/innen
Teilnehmerzahl: max. 25 Teilnehmer
Lehrgangsgebühr: Vereinsmitglieder je Teilnehmer(in) 30,- € ohne Vereinsmitgliedschaft: 40,- €

Überweisung: spätestens 10 Tage vor Lehrgangsbeginn
Turnverband Rechter Niederrhein Kennwort: Group-Fitness I, R.-Nr. 1219L30
IBAN DE 04 3655 0000 0050 6059 55 / BIC WELADED10BH Sparkasse Oberhausen

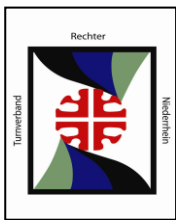
Meldeschluss: Dienstag, 30.04.2019

Buchung Online auf der Seite www.tv-r-n.de oder in der TVRN-Geschäftsstelle

Turnverband Rechter Niederrhein, Dieter Börgers
Frankenstr. 6, 46147 Oberhausen
Fax 0208 – 688682, E-Mail: info@tv-r-n.de
Infos: Ursel Lefort, 02855-18116, E-Mail: u.lefort@tv-r-n.de
*Meldungen erfolgen unter Angabe von Verein, Namen, Adresse und Tel.-Nr.
und E-Mail-Adresse des Teilnehmers/Ansprechpartners*

Inhalte des Lehrgangs: Praxisorientierter Lehrgang „Step and Bop for Beginners“

Der Lehrgang ist für Übungsleiter aus dem Fitness/Gesundheitssportbereich ausgerichtet, die Stepeinheiten in ihre Stunden einbauen wollen und neue Übungsvariationen für ihr Problemzonentraining brauchen, aber auch für Fitnessinteressierte, die schon immer wissen wollten wie eine Stepchoreographie entsteht.



Turnverband Rechter Niederrhein e.V.

Verband für Spitzen-, Breiten-, Gesundheits- und Freizeitsport im Rheinischen Turnerbund

Seite 2

Beide Bewegungsformen sind sehr gut geeignet auch den Spaß an der Bewegung zu vermitteln und jeden TN da abzuholen wo er gerade steht. Der individuelle Motivationsgrad und die Bewegungsmöglichkeit des Einzelnen, müssen während einer Fitnessstunde beobachtet UND begleitet werden. Es wird die Grundmethodik und Didaktik von Step und Bob erklärt, wozu der Musik- und Geräteeinsatz selbstverständlich dazu zählt. Es werden kleinere Choreografien erstellt und eigene Stundenbilder kreiert, so dass die Lehrgangsteilnehmer mit einem Rucksack voller bunter Ideen nach Hause gehen.

Der/die KL muss auf die individuellen Gegebenheiten achten und die Bewegungseinheiten korrekt anleiten und begleiten. Das Ziel einer jeden Stunde sollte sein, dass die TN gut trainiert die Halle verlassen UND natürlich gerne wiederkommen.

8 LE werden zur ÜL-Lizenzverlängerung ÜL-C angerechnet

Mit freundlichen Grüßen
Ursel Lefort
2-Vorsitzende Breitensport