

Sonntag, 14.10.2018



	Halle 1: Mittelschule	Halle 2: Gymnasium (# 1)	Halle 3: Gymnasium (# 2)	Halle 4: Realschule (# 1)	Halle 5: Realschule (# 2)
09:00 - 10:30	WS 211 Mobilitytraining - neue Ansätze aufgrund der Faszienforschung P, S <i>Susie Schmidt</i>	WS 212 Zumba©-Fitness FA <i>Silvan Ruprecht</i>	WS 213 Yoga zum Auspowern - Kraft und intensives Stretching in einem P <i>Viktoria Weiß</i>	WS 214 Funky Moves <i>Miriam Roider</i>	WS 215 turns/jumps (Technik zum Drehen und Springen) RSG <i>Tatiana Diara</i>
	WS 221 Animal Movement I Vom Mensch zum Affen FA <i>Susie Schmidt</i>	WS 222 Dancehall <i>Silvan Ruprecht</i>	WS 223 Bürofitness - Fit am Arbeitsplatz P, FA <i>Viktoria Weiß</i>	WS 224 Yoga (Grundlagen und Korrektur) P, S <i>Miriam Roider</i>	WS 225 Jazz Dance RSG <i>Tatiana Diara</i>
MITTAGSPAUSE					
13:30 - 15:00	WS 231 Barfußtrainig in der Groupfitness - nur ein Trend? P, S, FA <i>Susie Schmidt</i>	WS 232 Fusion Dance RSG <i>Silvan Ruprecht</i>	WS 233 Jazz Dance für Junggebliebene Ü40: Tanzen in jedem Alter S <i>Viktoria Weiß</i>	WS 234 Liquid Yoga P, S <i>Miriam Roider</i>	WS 235 Streetdance RSG <i>Tatiana Diara</i>
	WS 241 Animal Movement II Allerlei Biester FA <i>Susie Schmidt</i>	WS 242 HIP HOP und R'n'B STYLE RSG <i>Silvan Ruprecht</i>	WS 243 Cool Down und Stretching: Das Beste kommt zum Schluss P, S, FA <i>Viktoria Weiß</i>	WS 244 Video-Clip-Dancing <i>Miriam Roider</i>	WS 245 Pilatesübungen mit dem Gymnastikball P, S <i>Tatiana Diara</i>

Die Teilnahme an einem Tag wird mit 8 UE, bzw. die Teilnahme an zwei Tagen mit 16 UE zur Verlängerung folgender Lizenzen anerkannt:

- ÜI C Allround-Fitness (früher: Turnen-Fitness-Gesundheit)
- Trainer C Gymnastik-Rhythmus-Tanz
- Trainer B Vorführungen und Choreografie
- ÜI C Breitensport des BLSV

Für die Verlängerung der Lizenz Trainer C Leistungssport Rhythmische Sportgymnastik müssen 8 Workshops mit der Kennzeichnung **RSG** besucht werden.

Für die Verlängerung der Lizenz Trainer C Breitensport Fitness-Aerobic müssen 8 Workshops mit der Kennzeichnung **FA** besucht werden.

Für die Verlängerung der Lizenz ÜL B Sport in der Prävention müssen 8 Workshops mit der Kennzeichnung **P** besucht werden.

Für die Verlängerung der Lizenz ÜL B Sport für Ältere müssen mind. 4 Workshops mit der Kennzeichnung **S** besucht werden.