

Ausschreibung

Fit in den Herbst

Lehrgang zur Lizenzverlängerung für ÜL, Trainer, Sportlehrer und Interessierte!

VERANSTALTER: Turngau Oberpfalz Nord

ZEIT: Samstag, 22. Oktober 2022 von 09:00 bis 16:00 Uhr

ORT: 92690 Pressath, Ludwig-Bock-Str. 9

INHALT: **Für jedes Alter und Fitnesslevel geeignet**

➤ **Step-Workout**

einfache Grundschritte leicht choreographiert im Wechsel mit Übungen zur Kraftausdauer

➤ **Low intensiv Intervalltraining**

60 Min. gegen den Tabata Timer - so vergeht die Zeit im Flug und der ganze Körper wird trainiert

➤ **Fit durch den Winter**

Workout mit Alltagsgegenständen geeignet für die Halle und wenn nötig auch fürs Homeworkout beim Online Training
Bitte Staubtuch o Mikrofaser Putztuch mitbringen!

➤ **LineDance**

Getanzt werden Schrittfolgen, die sich wiederholen und in allen möglichen Drehrichtungen variieren. Geeignet für ALLE, die Freude an Musik und am Tanzen (schon) haben oder neu entdecken wollen.

REFERENTIN: Doris Gimmel

Step Master Trainerin, Aerobic Instructorin

TEILNAHMEGEBÜHR: BTV-Vereinsmitglieder 45,00 €

Sonstige Teilnehmer 68,00 €

Mit Überweisung bei Anmeldung,
auf Sparkasse Oberpfalz Nord

IBAN: **DE38 7535 0000 0008 0186 57**

BIC: BYLADEM1WEN

Begünstigter: Bayerischer Turnverband e.V.

Wichtig: Als Verwendungszweck bitte folgendes angeben:

Zeile 1: MaNu: 22 420 308 20 12

Zeile 2: Fit-Herbst

Zeile 3: Name Teilnehmer (bei mehreren TN, Anzahl der TN)

Zeile 4: Verein

WICHTIG:

Bei unvorhersehbarer Verhinderung kann die TN-Gebühr nur in Ausnahmefällen gegen Nachweis (z. B. ärztliche Bescheinigung bei Erkrankung) erstattet werden (10,00 EUR Bearbeitungsgebühr).

Bei Absage nach der Meldefrist kann keine Erstattung der TN-Gebühr erfolgen.

MELDEADRESSE:

Erika Meiler **Birgit Baller**
erika.meiler@freenet.de jobi.baller@gmail.com

MELDESCHLUSS: 15. Oktober 2022

Anmeldung mit beiliegendem Formular per Mail oder schriftlich.

Wer keine Absage erhält, nimmt am Lehrgang teil. Für die Teilnahme entscheidet die Reihenfolge der Anmeldungen. Anmeldung = Eingang TN-Gebühr!

TEILN.-BESTÄTIGUNG:

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebestätigung, die zur Vorlage der Lizenzverlängerung dient.

Folgende Lizenzen können verlängert werden:

- Übungsleiter C, Schwerpunkt Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
- Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit (neu ab 2018), Schwerpunkt Erwachsene
- Übungsleiter B Sport in der Prävention
- Zusätzlich: - BLSV-Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche und Erwachsene/Ältere

SONSTIGES: **BITTE SCHREIBZEUG, SPORTKLEIDUNG UND GYMNASTIK-MATTE MITBRINGEN!!**

VERPFLEGUNG: Bitte selbst mitbringen

Personenbezogene Daten:

Ich/Wir bin/sind damit einverstanden, dass Fotos mit Namen und Jahrgang von mir/meinem Sohn/meiner Tochter in den Printmedien sowie den Internetauftritten des Bayerischen Turnverbandes veröffentlicht werden können.

Haftung:

Die Teilnahme an allen angebotenen Veranstaltungen/Wettkämpfen erfolgt auf eigenes Risiko. Veranstalter und Ausrichter haften nur für vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden seiner Mitarbeiter/-innen. Sie haften nicht für Unfälle und abhanden gekommene Gegenstände. Für Schäden, die durch die Teilnehmer verursacht werden, haftet der Schadensverursacher bzw. die Sportunfall- und Haftpflichtversicherung des jeweiligen Vereins.

Hygienekonzept beachten!

Das aktuelle Hygienekonzept am Veranstaltungstag wird kurz vor dem Termin bekannt gegeben und dem ist ausnahmslos Folge zu leisten.

Sollte die Vorlage eines negativen Corona-Tests (egal welcher Art) erforderlich sein, so hat der TN die Kosten dafür selbst zu tragen.

Maskenpflicht bis zum Platz in der Halle besteht weiterhin.

Bei Nichteinhaltung der Vorgaben wird der TN vom Lehrgang ausgeschlossen und die TN-Gebühr einbehalten.