



## Fachwartin Breitensport

Gabriele Kluczka  
Friedrich-Alfred-Straße 25  
47055 Duisburg  
eMail: [breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de](mailto:breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de)

## AUSSCHREIBUNG

November 2018

<b>Lehrgang:</b>	<b>Grundlagen Aqua Fitness</b>
<b>Termin:</b>	09.03.2019 + 10.03.2019
<b>Lehrg.-Nr.:</b>	BezRG201912
<b>Ort:</b>	Essen
<b>Thema:</b>	Wir schlagen in diesem Lehrgang einen Bogen von der funktionellen und konditionellen Wassergymnastik über Aqua-Fitness bis hin zum Aqua-Boxing.
<b>Ziel:</b>	Bewegungsarten in der vertikalen und horizontalen Wasserlage, Unterschiede zwischen funktioneller und konditioneller Wassergymnastik, Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem.
<b>Zielgruppe:</b>	Der Lehrgang richtet sich an Übungsleiter und Vereinsmitglieder die Interesse an alternativen Bewegungsformen im Wasser haben.
<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter 16 Jahre
<b>Gebühr:</b>	<b>60,00 € für Teilnehmer mit Vereinsempfehlung unseres Bezirkes</b> <b>80,00 € für Teilnehmer mit Vereinsempfehlung außerhalb des Bezirkes</b>
<b>Meldungen:</b>	Mittels Anmeldeformular einschl. SEPA-Lastschrifteinzugsermächtigung, sowie der Selbsterklärung zum Gesundheitszustand. Anmeldung und Selbsterklärung bitte unter <a href="http://www.bezirk-ruhrgebiet.de/Lehrgänge">www.bezirk-ruhrgebiet.de/Lehrgänge</a> abrufen. Die Anmeldung bitte leserlich in <u>Druckbuchstaben</u> ausfüllen! Eine automatische Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Sie kann aber per eMail unter <a href="mailto:breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de">breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de</a> angefordert werden. Die Einladungen zum Lehrgang erfolgen ca. 14 Tage vor Lehrgangsbeginn ausschl. per eMail!.
<b>Meldeschluss:</b>	01.02.2019
<b>Meldeanschrift:</b>	SV NRW, Bez. Ruhrgebiet e.V, G. Kluczka, Friedrich-Alfred-Straße 25, 47055 Duisburg, eMail <a href="mailto:breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de">breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de</a>

Teilnehmerzahlbeschränkung ! Maximal 20 Teilnehmer und 3 Personen pro Verein ! Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt. **Die Gebühr bitte der Anmeldung per SEPA-Einzugsermächtigung beilegen!** Der Lehrgang wird mit 8 Lerneinheiten zur Verlängerung der C- Lizenz Schwimmen, Synchronschwimmen, Wasserspringen und Breiten- Freizeit- u. Gesundheitssport anerkannt.

Ich hoffe auf eine rege Beteiligung und verbleibe mit sportlichen Grüßen