



Fachwartin Breitensport

Gabriele Kluczka
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg
eMail: breitensport@bezirk-ruhrgebiet.de

AUSSCHREIBUNG

November 2018

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

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