



SchwimmBezirk Mittelrhein

Stellv. Vorsitzende - Breitensport

Andrea Stockmann

Falkenweg 6, 50171 Kerpen

Tel.: 02237/922484

breitensport@schwimm-mit.de

Aquafitnessstag

Lehrgangsnummer BEZ2017-28

Termin: 17.12.2017
09:30 Uhr – 17:30 Uhr

Lehrgangsort: Deutsche Sporthochschule Köln, Gästehaus und Schwimmzentrum
der Spoho, Guths-Muts-Weg 1, 50933 Köln

Lehrgangsgebühr: 25 € für Mitgliedsvereine im SBM
50 € für Mitgliedsvereine im SV NRW
100 € für Nichtmitgliedsvereine und außerhalb des SV NRW

Inhalte: Grundformen der Wassergymnastik/Aquafitness in Flach- u.
Tiefwasser, Einsatz von Materialien und Musik, Wirkungen des
Wassers auf den Organismus, Kursorganisation, Erfahrungsaustausch

Zielgruppe: Alle interessierten Vereinsmitarbeiter, die
Wassergymnastik/Aquafitness neu im Verein anbieten wollen oder ihre
Kenntnisse auffrischen möchten. Die Teilnehmer müssen körperlich
und gesundheitlich in der Lage sein, die Praxisteile im Wasser
auszuführen. Das Mindestalter beträgt 16 Jahre. Der Lehrgang wird
mit 9 Unterrichtseinheiten zur Verlängerung von C-Lizenzen
anerkannt.

Info: Eine automatische Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Die Einladungen
zum Lehrgang erfolgen ca. 14 Tage vor Lehrgangsbeginn.
Selbstverpflegung!