



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ausbildungslehrgang zum/r Übungsleiter/in "Bewegung bis ins

Themenbereich

Gymnastik

Kursbeschreibung

In dieser Ausbildung erhalten Sie das Rüstzeug, um selbständig und zielgruppengerecht Kurse für Seniorengymnastik durchzuführen. Der Lehrgang erfolgt nach den Richtlinien des Deutschen Roten Kreuzes und umfasst Theorie und Praxis zu folgenden Themen: Bewegung und Gymnastik, Übungen mit und ohne Geräte, Anatomie, Didaktik, Erste Hilfe.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

10.04.2024

Ende

22.03.2025

Kurstage

13

Beginnzeit

08:15 Uhr

Endzeit

17:15 Uhr

Dauer

6180 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Sarnatal

Zielgruppe

Referent/in

Gisela Leerkamp

Christian Wenter

Instruktor der Abteilung Ausbildung Landesrettungsverein Weißes Kreuz

Gebühr

1400 € Einzelteilnahme

Anmeldeschluss

10.04.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
KVW Bildung Bozen

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Lauftraining im Freien für Anfängerinnen, Anfänger und Leichtfortgeschrittene

Themenbereich
Outdoor

Kursbeschreibung

Bei diesem Training werden wir Laufübungen durchführen, die von Mobilisations- und Dehnungsübungen ergänzt werden - ideal für fitnessbegeisterte Frauen und Männer.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
29.07.2024

Ende
26.08.2024

Kurstage
5

Beginnzeit
19:00 Uhr

Endzeit
20:15 Uhr

Dauer
375 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Ritten

Zielgruppe

Referent/in
Dorothea Kelderer

Gebühr
67 €

Anmeldeschluss
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Vinyasa Power Yoga im Freien

Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

Kursbeschreibung

Im Vinyasa Power Yoga werden die Asanas in Kombination mit der Atmung fließend miteinander verbunden. Durch einfachen bis komplexen und kraftvollen Bewegungen vereinigt es östliche Spiritualität mit westlicher Dynamik. Im Vergleich zu anderen Yoga Richtungen ist Vinyasa Power Yoga sehr kraftvoll und schweißtreibend.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

25.06.2024

Ende

18.07.2024

Kurstage

8

Beginnzeit

18:30 Uhr

Endzeit

19:30 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Ritten

Wolfsgruben 22

Zielgruppe

Referent/in

Evi Pichler Rödel

Gebühr

94 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it