

Dezentrale Fortbildungsmaßnahmen 2021 / Sportkreis 35 Odenwald e.V.

Termin	Lehrgangsort	Referent	Thema	Gebühr	Info und Anmeldung
09.04.2021 /* 13:30 Uhr bis 11.04.2021 / 18 Uhr	TSG Momart Sportlerheim/ Sportplatz/ Gelände	Klaus Friedrich, Carsten Schwarz	MTB - Touren- und Trailwochenende mit Grundlagen der Fahrtechnik im Odenwald Ersatztermin falls der Termin im April ausfällt: 28. bis 30.05.2021	00 € für Vereinsmitglieder 110 für Nicht- Vereinsmitglieder	Klaus Friedrich Mobil: 0171 780 4671 Email: c-k.friedrich@t-online.de
29.05.2021 10 – 17 Uhr	Turnhalle der TSG Steinbach	Simone Müller	Fit und Fröhlich durch das Jahr - Cardio und Kräftigungs-Programm - Dehnungs- und Wahrnehmungsübungen - Atem- und Entspannungstechniken Alles Programme die Spaß machen, gut tun und dein Wohlbefinden steigern	45 € für Vereinsmitglieder 50 € für Nicht- Vereinsmitglieder	Christel Zill Mail: christina-zill@gmx.de
26.06.2021 10 – 17 Uhr	Sportlerheim der TSG Momart	Dieter Bund	Energie und Balance mit folgenden Seminarbausteinen: - Das SONNEN-QIGONG mit seinen fließenden und einfachen Formen - Der Alleskönner ATEM - Akkupressurpunkte zur Stärkung des Immunsystems	45 € für Vereinsmitglieder 50 € für Nicht- Vereinsmitglied	Christel Zill Mail: christina-zill@gmx.de
11.07.2021 10 – 17 Uhr	Turnhalle der TSG Steinbach	Jens Binias	Functional Training für drinnen und draußen /Attraktive Angebote besonders auch für junge Leute, Männer : - Intensiv forderndes Training kombiniert mit herkömmlichen Fitness-Angeboten	45 € für Vereinsmitglieder 50 € für Nicht- Vereinsmitglied	Mareva Oberleithner Mail:sportkreis.fortbildung @gmail.com
05.09.2021 10 – 17 Uhr	Turnhalle der TSG Steinbach	Horst Meise	Fit und stabil durchs ganze Jahr : Mischung aus stoffwechselanregenden Ausdauerflows, kräftigenden Übungseinheiten und koordinativen Herausforderungen sowie entspannende und mobilisierende Phasen	45 € für Vereinsmitglieder 50 € für Nicht- Vereinsmitglied	Mareva Oberleithner Mail:sportkreis.fortbildung @gmail.com

weitere Details und Anmeldung unter: www.sportkreis-odenwald.de