

## Auftakt nach Maß beim Lehrgangsbeginn in Steinbach

Mit Schwung ins neue Jahr, unter diesem vielversprechenden Motto vermittelte die LSB-Referentin Simone Müller am vergangenen Samstag in der Sporthalle der TSG Steinbach über 20 Übungsleiterinnen und Übungsleitern zum Auftakt der diesjährigen Lehrgangsserie des Sportkreises Kenntnisse für den täglichen Sportstundenbetrieb in deren Vereinen.

Begrüßt vom Sportkreisvorsitzenden Klaus-Dieter Neumann und der Referentin für Fortbildung im Sportkreis, Christel Zill, verstand es die Referentin in dem praxisorientierten Workshop viele spannende Bewegungsideen zu vermitteln. Ziele dieser Übungen nach der theoretischen Unterweisung war es den Kreislauf in Schwung zu bringen, die Muskeln zu aktivieren und den Körper sanft zu strecken und zu dehnen.



Unser Foto zeigt die Referentin (vorne sitzend) mit den Lehrgangsteilnehmern und den Sportkreisverantwortlichen. (Text und Foto: Gerd Waßner)