

An alle Landesverbände, per Email
" " Mitglieder des Sportausschusses,
" " Landesfachwarte für Allgemeine Gymnastik
" die Bundesfachwartin für Allgemeine Gymnastik, Fr. Weber

LEHRGANGSAUSSCHREIBUNG

31. Bundeslehrgang für Allgemeine Gymnastik

„Sei in Bewegung!“
Wie kann ich umsichtig korrigieren!

13. August bis 18. August 2017

Seekirchen/Wallersee, Sportmittelschule

Teilnahmeberechtigt: Übungsleiter und deren Nachwuchs aus allen Vereinen der Landesverbände

Lehrgangsleitung: BFW Ingeborg Weber weberinge@gmx.at

Lehrgangsprogramm: siehe Beilage

Anreisetag: Sonntag, 13. August 2017,
Anmeldung von 17:00-18:30 Uhr im Turnsaal der Hauptschule möglich

Kursbeginn: Montag, 14. August 2017, um 09:00 Uhr

Kursende: Freitag, 18. August 2017, nach 12:00 Uhr

Kursbeitrag: für 5 Tage € 120,00 (bzw. € 130,00 f. Nichtmitglieder) inkl. Skripten (**exkl. Nächtigung und Frühstück**), Halbtagsangebot (3 Std.) um € 16,00; nur vormittags (5x) € 75,-.
Der Kursbeitrag ist nach Erhalt der Einberufung auf das Konto des ASVÖ einzuzahlen.

Meldungen: sind nur über den zuständigen Landesverband bis **spätestens 30. Juni 2017** an das ASVÖ-Bundessekretariat zu richten.

Einberufung: erfolgt durch das ASVÖ-Bundessekretariat mit Verständigung der Landesverbände.

Meldung muß enthalten: Vor- u. Zuname, Wohnadresse, Tel.Nr, Email, Geb.Dat, Verein

Wichtig: Bitte um Bekanntgabe, ob die gesamte Lehrgangsdauer bzw. welche Halbtage besucht werden

Mit sportlichen Grüßen

Dietrich Sifkovits m.p.
Vorsitzender Sportausschuss

Mag. Richard Berger m.p.
Sportkoordination

Allgemeine Gymnastik Lehrgangsprogramm 2017

Lehrkräfte: **Mag. Ingrid Benedikt**

Rückenfit
Training mit Filzgleitern und Stäben

Sonja Rosenow

bodyART flow
body ART basic

Bianca Anne Braunesberger

Choreographie
Yoga

Mag. Harald Jansenberger

Koordination und Konzentration zur Selbsteinschätzung
Unfallvorbeugung

Mag. Claudia Schallauer

Übungsschatzkiste mit der Pilatesrolle
Neues aus der Dehntechnik

Elisabeth Pulker

Pilates Grundeinführung
Pilates Training

Christiane Sasse

Faszien Einführung
Faszien-Re-Balance

Bernhard Reiter

Fröhliches intensives Aufwärmen
Grundlagen Selbstverteidigung

Die Themen sind für alle Altersgruppen einsetzbar!

Etwaige Änderungen im Kursprogramm sind möglich!