



# Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

## Fortbildung im **Fitness- und Gesundheitsbereich**

# Latin Dance & Body Movement

- Inhalt:** Latin Dance ist ein energiegeladenes Tanz-Fitness-Programm für alle Tanzbegeisterten, die speziell die lateinamerikanische Musik mögen und gezielt ihre Beweglichkeit, ihre Ausdauer mit viel Spaß, Freude und Tanzen aufbauen möchten.
- Mit einer Einführung in die unterschiedlichen Musik-Richtungen und Rhythmen und einem linearen Aufbau der typisch lateinamerikanischen Bewegungen und Schritte werden verschiedene Tanzstile erlernt wie beispielsweise Salsa, Merengue, Cumbia, Reggaeton etc. Dabei werden alle Basisschritte geschult und tänzerische Fertigkeiten vermittelt.
- Ferner werden Beweglichkeitsübungen trainiert, die Deine Beweglichkeit, Mobilität und Dein Wohlbefinden fördern.
- Im Mittelpunkt der Fortbildung stehen folgende Aspekte: Schulung der Latin Moves, viel Tanzpraxis sowie intensives Aufwärmen und spezielles Beweglichkeitstraining.
- Zusätzliche Hinweise:** Der Workshop ist so gestaltet, dass die Teilnehmer/innen durch einen hohen Anteil an Praxisphasen die tänzerischen Voraussetzungen und motorischen Fähigkeiten erlernen. Dabei werden zusätzlich Übungen integriert, die die Geschmeidigkeit, Flexibilität und Elastizität des Bewegungsapparates besonders fördern.
- Zielgruppe:** Übungsleiter/innen (ÜL), ÜL-Assistenten/-innen, Interessierte
- Referent:** **Chiara Ottiano**, Fitnesstrainerin
- Termin:** **Samstag, 27. April 2019**
- Dauer:** **13:30 -16:30 Uhr** (4 Unterrichtseinheiten)
- Ort:** Turnhalle des TV Seckbach, Am Schießrain 2, 60389 Frankfurt am Main  
Parkplatz vor der Turnhalle.  
(ÖPNV: Mit der **U4** bis Haltestelle **Seckbacher Landstraße**; Umsteigen in **Buslinie 43 Richtung Bergen Ost** bis Haltestelle **Zentgrafenschule**)
- Anmeldung:** Bis **Montag, 22. April 2019** an  
**Renate Sämann**, Wilhelmshöher Straße 177, 60389 Frankfurt am Main,  
Tel./Fax +49 (0) 69 474939  
**Turngau Frankfurt/M.**, Geschäftsstelle, Finthener Weg 1, 65936 Frankfurt am Main,  
Tel. +49 (0) 69 34826672, Fax +49 (0) 69 346256, [geschaefsstelle@turngau-frankfurt.de](mailto:geschaefsstelle@turngau-frankfurt.de)
- Gebühr:** **Euro 17,00** je Teilnehmer/in. Die Teilnahmegebühr kann vor Ort gezahlt oder auf die Bankverbindung des Turngau Frankfurt/Main, IBAN DE42 5001 0060 0007 2526 00, BIC PBNKDEFFXXX überwiesen werden.
- Von Teilnehmer/innen, die keinem Turn- und Sportverein angehören, erheben wir einen Aufschlag von 50 %.**



# Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

## Anmeldung zum Fortbildungslehrgang

### Latin Dance und Body Movement

Samstag, 27. April 2019, 13:30 – 16:30 Uhr

Textfelder bitte lesbar ausfüllen! Dazu Blockschrift oder Computer verwenden!

**Verein:**

.....

**Ansprechpartner/in:**

.....

**Anschrift  
(Straße, PLZ Wohnort):**

.....

**Telefon/Fax/e-mail:**

.....

**Hinweis zum  
Datenschutz:**

**Veröffentlichung von persönlichen Daten und Fotos**

Mit der Anmeldung erklärt sich der/die Teilnehmer/in bzw. deren Erziehungsberechtigte/r damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname) sowie offizielle Fotos und Filmaufnahmen (z. B. auch in Aktion), die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Lehrgang stehen, für redaktionelle Zwecke auf der Homepage des Turngaues Frankfurt am Main e. V. bzw. in Druckmedien veröffentlicht werden dürfen.

### Wir melden hiermit folgende Teilnehmer/innen an:

**1 Name:**

.....

Funktion im Verein:

.....

Anschrift:

.....

Telefon/Fax/e-mail:

**2 Name:**

.....

Funktion im Verein:

.....

Anschrift:

.....

Telefon/Fax/e-mail:

**3 Name:**

.....

Funktion im Verein:

.....

Anschrift:

.....

Telefon/Fax/e-mail: