



Übungsleiter*innen-Lizenz-Fortbildung im Bereich Fitness und Gesundheit

Functional Training

Inhalt: Diese Fortbildung richtet sich an alle Übungsleiter*innen, die sich im Bereich Functional Training über das Thema HIIT, Tabata, Zirkeltraining, u. ä. aktiv weiterbilden möchten. Anhand von Modellstunden werden die Pfeiler für das Functional Training mit und ohne Kleingeräte erlernt.

In diesen vier Lerneinheiten könnt ihr in einem Kursraum voller typischer Functional Trainings-Geräte einmal alles ausprobieren und mitnehmen sowie kennenlernen, wie man diese Geräte gezielt in einer Trainingsstunde einsetzt.

Bitte ein Trainingshandtuch zum Unterlegen, saubere Trainingsschuhe und Schreibutensilien sowie etwas zu trinken mit.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zielgruppe: Übungsleiter*innen (ÜL), Interessierte

Referentin: **Claudia Hildenbrand**, Fitnesstrainerin

Termin: **Sonntag, 13. Oktober 2024**

Dauer: **10:00 Uhr bis 13:00 Uhr** (4 Lern-/Unterrichtseinheiten)

Ort: Forest Gym im Sportcenter der Turngemeinde Bornheim 1860 e. V.,
Inheidener Straße 64, 60385 Frankfurt am Main

Anmeldung: bis **Montag, 30. September 2024** an
online über den Link <https://widgets.yolawo.de/w/0/bookables/66d023425d43a33739247ae4>
oder mit dem ausgefüllten Anmeldevordruck an
Sarah Hennefarth, ☎ +49 1578 5308274, hennefarth@turngau-frankfurt.de
Turngau Frankfurt/M., Geschäftsstelle, Finthener Weg 1, 65936 Frankfurt am Main,
Tel. +49 (0) 69 34826672, Fax +49 (0) 69 346256, geschaeftsstelle@turngau-frankfurt.de

Gebühr: Euro 17,00 je Teilnehmer*in

Von Teilnehmer*innen, die keinem Turn- und Sportverein angehören, erheben wir einen Aufschlag von 50 %.

Die Teilnahmegebühr bitte vorab auf die Bankverbindung des Turngau Frankfurt am Main, IBAN DE42 5001 0060 0007 2526 00, BIC PBNKDEFFXXX überweisen oder vor Ort zahlen.



Turngau Frankfurt am Main e. V.

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

Anmeldung zur Übungsleiter*innen-Lizenz-Fortbildung

Functional Training

Sonntag, 13. Oktober 2024, 10:00 Uhr – 13:00 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 erklären sich die Teilnehmenden bzw. deren Erziehungsberechtigte 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 Teilnehmende 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:

.....