

Orthopädie

Innere Medizin

Neurologie

Geistige Behinderung

Pilates, Yoga und Entspannung				
LG-NR	Termine / Ort	Meldeschluss	FP	Kosten
Lehrgang 2 18010204 03	16. – 18.02.18  Südbadische Sportschule Steinbach	20.12.17	15	BBS-Mitglieder 35,- € Kooperation 250,- € Sonstige 500,- €
<p><b>Inhalte:</b> Dieses praktisch orientierte Wochenende bietet die Möglichkeit, einen Einblick in die grundlegenden Techniken von Pilates und Yoga zu bekommen. Sanfte Trainingsmethoden, die innerhalb ihres ganzheitlichen Ansatzes Atemtechnik, Kraft, Koordination, Stretching und Beckenboden kombinieren. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt und diskutiert, wie die Übungen in die eigene Sportstunde integriert werden können.</p> <p>Abgerundet wird das Wochenende mit einer Vorstellung unterschiedlicher Entspannungsmethoden.</p> <p><b>Zielgruppe:</b> Übungsleiter B Rehabilitationssport – Profil Orthopädie (01), Innere Medizin (02) und Neurologie (04)</p>				

