

Programm

Frühjahrslehrgang

Samstag, 1. April 2017 beim TV 1890 Edingen
von 09.00 bis ca. 17.00 Uhr

„drinnen und draußen“ Senioren-Frauen-Männer

09.00 Uhr - 09.15 Uhr	Begrüßung	Brigitte
09.15 Uhr - 10.15 Uhr	Qi Walking - draußen!	Brigitte
10.15 Uhr - 10.45 Uhr	Tee-Pause	
10.45 Uhr - 12.00 Uhr	Körperwahrnehmung und Entspannung	Rebekka
12.00 Uhr - 13.00 Uhr	Circle Training	Ingeborg
13.00 Uhr - 14.00 Uhr	PAUSE	
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Geocaching - draußen! oder „Verstecken und Finden“ ➤ <u>falls vorhanden:</u> bitte GPS-Gerät mitbringen, ist auch im Smartphone enthalten!	Rebekka
15.00 Uhr - 16.00 Uhr	Kiefer-Schulter-Nacken	Rebekka
16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Spaß mit dem Luftballon	Rolf

Referenten:

Rebekka Ulrich
Ingeborg Ludwig
Brigitte Seele
Rolf Weinzierl

BTB Regionalreferentin
Fachwartin Erwachsene
BV + Fachwartin Senioren
BV + Fachwart Lehrwesen

- Bei Teilnahme werden 8 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung angerechnet.
- Bitte Schuhwerk und Kleidung auch für den Außenbereich vorsehen!