

Kursangebot 1

Haltung und Bewegung durch Ganzkörperkräftigung

Ziel:	Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit
Zielgruppe:	Gemischt
Kurs:	15.08.2022 – 12.09.2022 10 x 60 Minuten Montag: 18:15 – 19:15 Uhr Freitag: 18:15 – 19:15 Uhr Freie Plätze direkt beim Übungsleiter erfragen
Teilnehmerzahl:	Maximal 8 Minimum 4
Raumgröße:	60 m ²
Ort:	Werner Kluge Sportplatz Kühnemannstr. 52 - 70 13409 Berlin Mehrzweckhalle / Sportplatz
Übungsleiter:	Dennis Rätsch, Sport in der Prävention Sportfachmann Sportart-übergreifend (IHK) DOSB – Lizenz B Sportmethodik, Trainingslehre, Bewegungslehre, Sportbiologie und Haltungs-& Bewegungssystem Mobil: 0178-551 88 67



Die Kursgebühr beträgt:

80,00 €

Sport Pro Gesundheit / Zentrale Prüfstelle Prävention

Krankenkassenzuschuss, fragen sie einfach bei ihrer Krankenkasse nach!