

## Ausschreibung

### Aquafitness – Maßgeschneiderter Geräteeinsatz und Aquajogging

Fachbereich:	Aquafitness
Lehrgangsnummer:	2021-623
Termin:	11.12.2021
Umfang	8 LE (Theorie und Praxis)
Zielgruppe	lizenzierte Trainer, die gesundheitsorientierte Angebote im Verein leiten oder Interessierte und Aktive, die über Grundwissen im Bereich Aquafitness verfügen
Inhalt:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Basisbewegungen im Aquajogging</li><li>• Stundenaufbau und Korrektur</li><li>• Auftriebs- und Widerstandswirkung von Trainingsgeräten</li><li>• Auswahl und Nutzung von Trainingsgeräten in der Aquafitness</li></ul>
	Die Inhalte werden mittels Theorie- und Praxiseinheiten vermittelt.
Gebühr:	Mitglieder aus Schwimmvereinen der LSV: 70,00 € Mitglieder anderer DOSB Vereine: 105,00 € externe Teilnehmer: 140,00 €
Ort:	digital über Zoom
Verpflegung:	keine
Anmeldung:	Anmeldeschluss: 28.11.2021 Anmeldung unter: <a href="http://www.bayerischer-schwimmverband.de/bildung/Termine">www.bayerischer-schwimmverband.de/bildung/Termine</a> Lehrgänge
Lizenzverlängerung:	8 LE (für Verlängerung insgesamt 15 LE notwendig) empfohlen für 1. Lizenzstufe Breitensport Schwimmen sowie ÜL-B/Prävention
Referentinnen:	Gabi Kluczka und Jeannette Komma

