

## Inhalte

### **Klassik trifft Moderne – Fitness mit traditionellen und neuen Handgeräten**

Ball, Seil und Reifen können nicht nur rhythmisch, sondern auch funktionell, koordinativ und kräftigend eingesetzt werden. Zudem schauen wir, welche neueren Handgeräte es gibt. Topangas und ein weiteres Trendgerät werden vorgestellt.

## Referentin

Eva Breitschafter

## Zeit

9.00 Uhr mit Brezelfrühstück  
9.30 Fortbildungsbeginn – 18.00 Uhr

## Ort

Erlenstr. 7  
73663 Berglen-Steinach  
Parkplätze sind gegenüber

## Ihre Arbeitskreisfrau

Simone Schif

## Teilnahmegebühr

15,00 € Mitglied  
25,00 € Nichtmitglied  
Zzgl. Verpflegung

## Anmeldung bitte nur schriftlich bei

Ursula Moser  
Eidechsenweg 4  
73663 Berglen-Höblinswart  
Fax: 07181-42276  
Mobil: 0163-7538709  
Email: moseru@t-online.de  
Anmeldeschluss: 07.01.2019

## Bitte mitbringen

ÜL-Ausweis  
Gymnastikmatte

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

## Landesseminare

**16.03.2019**

**KI. Sportconvention**, Kennenlernen der Sportscheune Eulenhof in Frankenhardt, Kreis Crailsheim. Neue Trends Ausprobieren wie z.B. Aerial Yoga, TRX und Wissen über Ernährungsformen aneignen.

Fortbildung für Gymnastikleiterinnen



Samstag, 19. Januar 2019  
Berglen-Steinach

KreisLandFrauenverband  
Rems-Murr

im Auftrag

  
**Land Frauen**  
Bildungs- und Sozialwerk  
des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.