

### **Wegbeschreibung:**

Autobahnausfahrt Mundelsheim Richtung Besigheim, Ottmarsheimer Höhe dort Industriegebiet, links in die Kreuzäckerstr., geradeaus, vorbei an Kiga und Schule, dann Bürgerhalle rechts (angeschrieben) – Parkplatz.

### **Bitte beachten:**

Sollten Sie am Seminartag verhindert sein, bitten wir dringend darum, eine Vertretung zu schicken. Wir sind ansonsten gezwungen, Ihnen die anteiligen Kosten für Seminar, Hallenmiete und Verpflegung in Rechnung zu stellen.

### **Inhalte**

#### **Kraft und Koordination**

Ein abwechslungsreicher Tag mit vielen Ideen zum Krafttraining, Koordinationsschulung mit Qi Gong und Gleichgewichtstraining. Faszientraining für Best Ager wird integriert (+ +).

### **Referenten**

Christine Euchner

### **Zeit**

9.00 Uhr Beginn mit Kaffee  
Lehrgangsbeginn: 09.30 Uhr  
Lehrgangsende: ca. 17.00 Uhr

### **Ort**

Bürgerhalle in  
74354 Besigheim-Ottmarsheim

### **Ihre Arbeitskreisfrau**

Dorothee Hanschek  
Mobil: 0170-3453798 (für den Notfall)  
Katja Weber

### **Teilnahmegebühr**

10 Euro Mitglied  
20 Euro Nichtmitglied  
Zzgl. Verpflegung und Hallenmiete

### **Anmeldung bitte nur schriftlich bei**

Ingrid Mössner  
Di und Do 9.00 Uhr – 14.00 Uhr  
Tel.: 07141-459890, Fax: 07141-459892  
Mail:  
[kreislandfrauenludwigsburg@web.de](mailto:kreislandfrauenludwigsburg@web.de)  
Anmeldeschluss: 11.01.2020

### **Bitte mitbringen**

ÜL-Ausweis, Matten

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

## Landesseminare

**01.-02.02.2020**

Sportconvention

**08.05.2020**

Karin Albrecht

**16.05.2020**

Line Dance

## Fortbildung für Gymnastikleiterinnen



Samstag, 25.01.2020  
Bürgerhalle in Ottmarsheim

KreisLandFrauenverband  
Ludwigsburg

im Auftrag

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