

**Der KreisLandFrauenverband  
Crailsheim lädt ein**

**Fortbildung für Gymnastikleiterinnen**



**Gäste sind willkommen!**

**Samstag, 24. September 2022**

74585 Rot am See

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks  
des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

## **Modernes Intervalltraining**

Ein HiiTraining kombiniert mit Seilhüpfen und myofaszialem warm-up und cool-down.

Verschiedene Schwierigkeitsgrade von Übungen werden gezeigt, so dass jede ganz individuell, je nach persönlichem Trainingszustand trainieren kann.

<b>Termin</b>	<b>Samstag, 24.09.2022</b>
<b>Ort</b>	<b>Turn-und Festhalle Brettheim</b> Zur Turnhalle 16 74585 Rot am See
<b>Zeit</b>	Lehrgangsbeginn: 09.30 Uhr Lehrgangsende: ca. 16.30 Uhr
<b>Referentin</b>	Aylin Bergemann
<b>Teilnahmegebühr</b>	Mitglied 10,- Euro Nichtmitglied 20,- Euro Zzgl. Verpflegung
<b>Arbeitskreisfrau</b>	Andrea Lutz
<b>Anmeldung bei bis 15.09.22</b>	Andrea Lutz Tel.: 07952/926147 E-Mail: lutz@kreislandfrauen-crailsheim.de
<b>Bitte mitbringen</b>	ÜL-Ausweis Matte Handtuch Falls vorhanden Faszienrolle und Springseil

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!**

Teilnahmebedingungen nach geltender Corona-Verordnung zum Zeitpunkt und am Ort der Veranstaltung.

<https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/aktuelle-corona-verordnung-des-landes-baden-wuerttemberg/>