



## An alle / Übungsleiter/ Trainer/ Helfer und Interessierte

### Einladung zum Lehrgang

**Turnkreis Oldenburg - Land**  
Stellv. Vorsitzende Aus- und Weiterbildung  
Fachwartin Tanzen

Sonja Müller  
Am Klänerhof 5a  
26209 Sandkrug  
04481 980811  
sonjaundingo@t-online.de

Hiermit laden wir euch ganz herzlich zum Fortbildungslehrgang Beckenbodentraining (per zoom) ein.

- Datum: 13.02.2021
- Ort: per Videochat aus der Dance Art Company, Emsstraße 8 in 26135 Oldenburg
- Zeit: 9.30 bis ca.12.45 Uhr
- Anmeldung: bitte mit Namen, Tel., Verein per Mail an Sabina Zoller [turnkreis-oldenburg-land@sabina-zoller.de](mailto:turnkreis-oldenburg-land@sabina-zoller.de)
- Nach erfolgter Anmeldung wird der Link für den Online Zugang zugesendet.
- Themen: Beckenbodentraining Theorie und Praxis  
Egal ob im Fitnessbereich, in der Prävention, Rehabilitation und sogar im Leistungssport. Die Muskulatur des Beckenbodens ist extrem wichtig in der aufrechten Haltung.
- Lehrgangsleitung: Sonja Müller, Sabina Zoller
- Referentin: Inken Arntjen, ausgebildete Intensiv Krankenschwester, NTB ÜL B, BB Trainerin
- Bitte bereitlegen: Matte, 2 Handtücher, wer hat einen Redondball/ weichen Ball, Getränk, Schriftzeug

**Der Lehrgang wird mit 4 LE zur Lizenzverlängerung für die erste Lizenzstufe anerkannt.**

Herzliche Grüße

Sabina Zoller, Sonja Müller, Britta Krone, Sabine Münkewarf und Tiina Nagler

Geschäftsstelle:  
Turnkreis Oldenburg – Land  
Geschäftsführung  
Sonja Otten  
Molkereiweg 33  
26197 Großenkneten  
Tel. 04435-97 15 09

Niedersächsischer Turner-Bund e.V.  
Präsident Heiner Bartling  
Vereinsregister Hannover Nr.2162  
Turnkreis Oldenburg – Land  
1. Vorsitzende Sabina Zoller

Konto: Landessparkasse zu Oldenburg  
IBAN: DE 92 2805 0100 0000 2281 89  
BIC: SLZO DE22 XXX  
BLZ: 280 501 00  
Konto: 000 228189