

Cuxhaven, 28.12.2019

## **Einladung zum Gesundheitssportlehrgang**

Liebe/r Gesundheitssport-ÜbungsleiterIn,  
ich lade dich herzlich zum Lehrgang für die 2. Lizenzstufe am **Samstag, den 1. Februar 2020, im Dorfgemeinschaftshaus in Holßel, Alte Dorfstraße 48** ein. Er findet von **10 bis 17 Uhr** statt.

Die Referentin ist Daniela Hartwig, zuletzt war sie bei uns noch mit dem Namen Kröger ;-). Das Thema für diesen Lehrgang heißt:

### **„Stabile Beine“**

Gelenkstabilität im Bereich der Hüft-, Knie- und Fußgelenke ist für jeden Schritt wichtig. Die Fortbildung gibt einen unter anderem einen Überblick über das anatomische Wissen zu diesem Thema. Es werden viele praktische Übungen gezeigt und probiert, welche die funktionelle Bewegungsweise fördern und die Gelenke funktionell unterstützen.

Zur Lizenzverlängerung der 2. Lizenzstufe ÜL-B Prävention Schwerpunkt Erwachsene/Ältere werden 8 LE anerkannt.

**Kosten:** 20 €, zahlbar direkt vor Lehrgangsbeginn. Für einen kleinen Mittagsimbiss wird gesorgt.

Wieder freue ich mich auf zahlreiche Anmeldungen und eine interessante Fortbildung!

Mit sportlichen Grüßen,  
deine Anke

**Verbindliche Anmeldung bis zum 26. Januar unter der Telefonnummer:  
04721-6996332 oder ar1311@elbeweser.com**

Es erfolgt keine extra Bestätigung der Anmeldung.

Nichtmitglieder des NTB zahlen 80 € direkt vor dem Lehrgang.