

Turnkreis Gifhorn

Bettina Ernst
Fachwartin Ältere
Steinbrecherstraße 6
38102 Braunschweig
0531/ 333861--Fax 0531/ 7078321--tina_ernst@gmx.de

2020-02-18

Liebe Übungsleiter*innen im Turnen der Älteren,

heute lade ich euch herzlich zu unserem nächsten Lehrgang ein. Monika Cammerer hat noch so viel im Gepäck, das sie uns im vergangenen Jahr nicht mehr mitgeben konnte, sodass wir die Fortsetzung ihres flotten Programms mit Spannung erwarten können.

Wann? **am Samstag, den 14. März 2020 von 10:00 bis 14:30 h**
Wo? **in der Turnhalle der Albert-Schweizer-Schule in Gifhorn**
Bauernkamp 1
Thema: **" Vital-Training 60 Plus**
- Älter werden-Aktiv bleiben - 20 Jahre 50 bleiben"

Unter diesem Motto freuen wir uns auf:

Weitere kurzweilige Ideen zur Erwärmung

Fitness mit dem Gymnastikstab

Locker vom Hocker mit dem Gymnastikstab

Braingymnastik



Referentin: **Monika Cammerer, NTB Referentin**
Bettina Ernst, NTB Referentin

Lehrgangsleitung: Bettina Ernst
Anmeldung: per Post, Fax oder Mail bis **06. März 2020**
Anerkennung: **6 LE** für ÜL-C Erw./Ältere, FÜL-C Fit/Ges., Trainer C Breitensport

Die Lehrgangsgebühr beträgt **5,00 Euro** und ist bis zum Meldeschluss auf nachstehendes Konto zu überweisen:

Bettina Ernst, IBAN DE15 2509 0500 0001 7834 83, Sparda Bank Hannover
Verw. Zweck: „LG Ältere 03/20“ und euer Name und Verein

Mit sportlichen Grüßen,
eure

Bettina