



Tagesfortbildung (L-23 4331)
22.04.2023

Hegau-Hallen Hilzingen
Sportgelände 8
78247 Hilzingen

**Fit und Gesund Tag im HBTG
ZPP Programm Funktional Trainieren in Kraft und Ausdauer (Outdoor)**

Lehrgangsprogramm

Samstag, den 00.00.2023

| | |
|-------------------|--|
| 09:00 – 09:30 Uhr | Begrüßung |
| 09:15 – 12:15 Uhr | Funktional Trainieren in Kraft und Ausdauer Teil 1 |
| 12:15 – 13:00 Uhr | Mittagspause – |
| 13:00 – 14:30 Uhr | Funktional Trainieren in Kraft und Ausdauer Teil 2 |
| 16:00 – 16:30 Uhr | Funktionale Kraftübungen für Fortgeschrittene |

8 LE

Stand: 00.00.2023
Änderungen vorbehalten!

Ansprechpartnerin

Anja Huber

Referentin

Anja Huber