

FÜR ÜBUNGSLEITER UND ALLE INTERESSIERTEN

GANZHEITLICHES RÜCKENTRAINING

Termin:	Sonntag, 26. Oktober 2025
Zeitplan:	10.00 Uhr – ca. 17.00 Uhr
Ort:	Seeblickhalle, Beurenerstraße 34, 78256 Steißlingen
Ausrichter:	TuS Steißlingen
Veranstalter:	HBTG. Ehrfried Deschner u.a.

Lehrgangsinhalt:

10.00 Uhr	Begrüßung
10.15 - 11.15 Uhr	Thema betrachten in seinen Facetten
11.15 - 13.00 Uhr	Wirbelsäule wahrnehmen, bewegen
13.00 - 14.00 Uhr	Mittagspause (Selbstversorger)
14.00 - 16.15 Uhr	Training rund um die Wirbelsäule
16.15 - 16.45 Uhr	Dehnen im Flow
16.45 - 17.00 Uhr	Lehrgangsauswertung

Lizenzverlängerung:	Anerkannt für 1. Lizenzstufe (C-Lizenz)
Referenten:	Ulla Häfeling, Referentin DTB
Teilnehmer:	begrenzte Teilnehmerzahl
Meldeschluss:	Sonntag, 12.10.25
Anmeldung:	Formular unter www.hbtg.de/termine
Kosten:	45 € für den ganzen Tag 90 € für Nichtmitglieder
Verpflegung:	Getränke, Kaffee, Snacks, Mittagessen Selbstversorger