

## Sport für Ältere / „50 plus“

<b>Termin</b>	<b>22. Februar 2014</b>  10:00 – 16:00 Uhr
<b>Beschreibung</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. „Vom Anfang bis zum Ende“ = Bewegungsideen zum Aufwärmen und Abwärmen</li><li>2. Fitness-Spaß mit einem Handgerät (Stab und Pezziball)</li><li>3. Easy Dance (einfache Tanzformen zu moderner Musik) oder Square-Dance für Ältere</li></ol>
<b>Ort</b>	Robert-Schuman-Schule Ziegelhofweg 16 67227 Frankenthal
<b>Veranstalter</b>	Turngau Rhein-Limburg
<b>Teilnehmerkreis</b>	Übungsleiter, alle Interessierten
<b>Referent</b>	Richard Wieser
<b>Lizenzverlängerung</b>	6 LE für die Profile <ul style="list-style-type: none"><li>• Fitness + Gesundheit Erwachsene</li><li>• Fitness + Gesundheit Ältere</li><li>• Fitness und Aerobic</li><li>• Allgemeiner Breitensport</li></ul>
<b>Verpflegung</b>	Es werden belegte Brötchen sowie Kaffee und Kuchen
<b>Anmeldung</b>	Gisela Thoni Im Hohengarten 18 67294 Oberwiesen Tel. 06358-989270
<b>Bitte mitbringen</b>	Unterlage, Stab, Pezziball, Hallenschuhe
<b>Teilnehmergebühr</b>	18.00 € mit Gymcard, 20.00 € ohne Gymcard, 30 €