

Ausschreibung



Yoga – Selbstfürsorge und Entspannung MANU 252203082041

Termin:	01.02.2025 9.30 Uhr bis 17 Uhr
Ort:	Sportheim des VfR Haag, 85410 Haag, Hagenastr. 21
Veranstalter:	Turngau München
Zulassungsvoraussetzungen:	-
Lehrgangsinhalte:	Yoga ist ein uraltes, ganzheitliches Übungssystem aus Indien, welches körperliche Übungen, Atemtechniken und Meditation kombiniert, um körperliches Wohlbefinden und geistige Klarheit zu fördern. Es zielt darauf ab, Körper und Geist in Einklang zu bringen und inneren Frieden zu erreichen.
Lehrgangsleitung:	Petra Silberbauer
Referenten:	Michelle Feistl
Anmeldung:	ps.in.balance@web.de
Für Rückfragen:	Petra Silberbauer, 081678042
TN-Gebühren:	BTV-Mitgliedsvereine: 70 Euro Sonstige: 90 Euro
Meldeschluss:	15.01.2025
Lizenzverlängerung:	Der Lehrgang wird zur Verlängerung folgender Lizenzen anerkannt: <ul style="list-style-type: none">• Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) (ALL)• Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit (FuG)• Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere (S)• Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention (P)