

## Der KreisLandFrauenverband Rems-Murr lädt ein



**Samstag, 25. Januar 2025**  
71549 Auenwald

Gäste sind  
willkommen!

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks  
des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Fortbildung für Gymnastikleiterinnen

## **Impulse mit Stuhl, Intervall, Rücken und Stretching**

Zuerst wird uns Katja ganz bequem (oder auch nicht...!) das Thema "Rund um den Stuhl" näherbringen, um dann mit einem "Intervall im Level" für alle Leistungsgruppen den Vormittag zu beenden.

Nach der Essenspause wird es um den „Richtigen Dreh für den Rücken“ gehen; der Tag klingt mit "Stretching und Relaxen" aus.

Seid gespannt auf einen interessanten Tag mit vielen Impulsen für alle Leistungslevel jeglichen Alters.

<b>Termin</b>	<b>Samstag, 25.01.2025</b>
<b>Ort</b>	Mehrzweckhalle Am Asang 13 71549 Auenwald
<b>Zeit</b>	Lehrgangsbeginn: 09.00 Uhr Lehrgangsende: ca. 16.30 Uhr
<b>Referentin</b>	Katja Willnauer-Merz
<b>Teilnahmegebühr</b>	Mitglied 20,- Euro Nichtmitglied 25,- Euro zzgl. Verpflegungskosten (Brezel, Mittagessen, Kaffee mit LF-Kuchen)
<b>Arbeitskreisfrau</b>	Karin Graf
<b>Anmeldung bei bis 18.1.25</b>	E-Mail: karingraf27@gmx.de WhatsApp/ Signal: 0176-96922335 bei Anruf bitte erst nach 14 Uhr
<b>Bitte mitbringen</b>	ÜL-Ausweis Gymnastikmatte Schreibzeug für Ergänzungen im Skript Getränk

Diese Fortbildung kann mit 8 LE zur Lizenzverlängerung (C-Lizenz) anerkannt werden

**Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!**