

## Stundenplan

# Übungsleiterfortbildung im Rehabilitationssport

<b>Lehrgangsnr.:</b>	<b><i>H24F28</i></b>
<b>Fortbildungsname:</b>	<b><i>Hockergymnastik / Stuhlgymnastik</i></b>
<b>Durchführungsort:</b>	<b><i>Fulda, Geschäftsstelle HBRS</i></b>
<b>Datum:</b>	<b><i>Donnerstag, 27. Juni 2024</i></b>
<b>Durchführungszeiten:</b>	<b><i>09:00 - 16:00</i></b>
<b>Referenten:</b>	<b><i>Monika Heil</i></b>
<b>Lehrgangsheitung:</b>	<b><i>Monika Heil</i></b>
<b>Telefon:</b>	<b><i>0160 7620276</i></b>
<b>E-Mail:</b>	<b><i>heilmoni57@gmail.com</i></b>

**Änderungen unter Vorbehalt!!!**

# Stundenplan

Donnerstag, 27. Juni 2024

Zeit	Anzahl Lern-einheiten	Ort	Themen/Inhalte	Referent
09:00 - 09:45	1 LE	Seminarraum	Begrüßung, Einführung	Heil
09:45 - 10:30	1 LE	Seminarraum	Mobilisation	Heil
10:30 - 11:15	1 LE	Seminarraum	Gehirnjogging	Heil
11:15 - 12:00	1 LE	Seminarraum	Kraft-Ausdauer	Heil
12:00 - 13:00			Mittagspause	
13:00 - 13:45	1 LE	Seminarraum	Ausdauer	Heil
13:45 - 14:30	1 LE	Seminarraum	Zirkeltraining	Heil
14:30 - 15:15	1 LE	Seminarraum	verschiedene Entspannungsmethoden	Heil
15:15 - 16:00	1 LE	Seminarraum	Feedback/Reflektion und Verabschiedung	Heil

LE's insgesamt            **8 LE**

## Bemerkungen/Hinweise:

**Bitte sportliche Kleidung tragen und Schreibsachen mitbringen.**

---



---



---



---