

Fortbildung beim Kreisturnverband

Dithmarschen (rd) In seiner letzten Fortbildung vor der Sommerpause befasste sich der Kreisturnverband intensiv mit gesundheitlichen Aspekten, präventiven Maßnahmen und dem Faszien-Training. Diese sehr gut besuchte Fortbildung wurde fachkundig und professionell von der Physiotherapeutin Nicole Stahmer aus Kiel geleitet. Doch nach dem Spiel ist nicht nur beim Fußball vor dem Spiel: Der Verband plant schon die nächsten Angebote. Nähere

Informationen gibt es auf seiner Seite im weltweiten Netz unter www.ktv-dithmarschen.de oder unter der Telefonnummer 04834/936659. Dort sind auch Anmeldungen möglich.

Die nächsten Lehrgänge – 30. September: Rund um den Rücken und Dehnung für mehr Beweglichkeit. 28. Oktober: Gesund und stark durch Pilates mit einer Zusatzeinheit „Vital und sicher in der Sturzprävention“. 11. November: Yin Yoga erfahren. 3. Februar: Hatha Yoga. 3. März: Gesundheits- und Präventionssport.



Faszination Faszien: Der Dithmarscher Kreisturnverband bildete einmal mehr seine Trainer und Übungsleiter fort.

Foto: von Buch