



Fortbildungsprogramm 2019/2020

2019

-Sonntag, den 29.09.2019 10.00 Uhr- 13.00 Uhr

„Alles rund um den Step. Stepvariationen: Choreo, Toning, Cardio “
Mit Svenja Konrad. 25,- Euro (4 ÜE)

-Sonntag, den 10.11.2019 10.00 Uhr- 13.00 Uhr

„Pilatesvariationen u.a. mit Flexibar, Faszienrolle etc.“
Mit Trainerin Jessica Rickert. 25,- Euro (4 ÜE)

2020

-Sonntag, den 02.02.2020 10.00 Uhr- 13.00 Uhr

Hatha Yoga mit Hans-Jürgen Eilers. 25,- Euro (4 ÜE)

-Sonntag, den 08.03.2020 10.00 Uhr- 13.00 Uhr

Gesundheitssport in Theorie und Praxis mit der
Physiotherapeutin Nicole Stahmer. 25,- Euro (4 ÜE)

**Die Fortbildungen finden im MTV Sportzentrum
Berliner Straße 70 in Heide statt.**

Anmeldung/ Info: 04834/936659

Für Oktober 2019 ist noch eine Fortbildung in Planung