



Turngau Frankfurt am Main e. V.

Mitglied im Hessischen Turnverband e. V. und im Deutschen Turner-Bund e. V.

Anmeldung zur Übungsleiter*innen-Lizenz-Fortbildung

Fitness- und Gesundheitstag

Samstag, 26. April 2025, 10:00 – 17:00 Uhr

Textfelder bitte lesbar ausfüllen! Dazu Blockschrift oder Computer verwenden!

Verein:

Ansprechpartner*in:

Anschrift
(Straße, PLZ Wohnort):

Telefon/Fax/e-mail:

Hinweis zum
Datenschutz:

Veröffentlichung von persönlichen Daten und Fotos

Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmenden bzw. deren Erziehungsberechtigte damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname) sowie offizielle Fotos und Filmaufnahmen (z. B. auch in Aktion), die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Lehrgang stehen, für redaktionelle Zwecke auf der Homepage des Turngaues Frankfurt am Main e. V. bzw. in Druckmedien veröffentlicht werden dürfen.

Wir melden hiermit folgende Teilnehmende an:

I	Name:
	Funktion im Verein:
	Anschrift:
	Telefon/Fax/e-mail:

Bitte eintragen, welche Vorträge / Workshops mitgemacht werden möchten. **F1** für Favorit 1 ♦ **F2** für Favorit 2

Uhrzeit (Uhr)	Vortragsraum				Gym 1				Gym 2			
	Workshop	Referierende	F1/F2		Workshop	Referierende	F1/F2		Workshop	Referierende	F1/F2	
10:15 - 11:45	Ernährung Basics	Lukas und Marcel	<input type="checkbox"/>		Pilates	Angelika	<input type="checkbox"/>		Der Step, ein Allrounder im Kursraum	Christiane	<input type="checkbox"/>	
12:00 - 13:30	Muskelaufbau im Fitnesstraining	Lukas und Marcel	<input type="checkbox"/>		Rückenfit	Christiane	<input type="checkbox"/>		Ideen für Kurse mit Themen Hüfte/Knie	Stefanie	<input type="checkbox"/>	
13:45 - 15:15	Mental Coaching	Daniel	<input type="checkbox"/>		Selbstverteidigung Basics	Florian	<input type="checkbox"/>		Workout mit Hilfsmitteln - wie gestalte ich den Kurs abwechslungsreich?	Claudia	<input type="checkbox"/>	
15:30 - 17:00	Autogenes Training	Ulrike	<input type="checkbox"/>		Jumping	Daniel	<input type="checkbox"/>		Langhantel Basics im Kursraum und der Halle	Florian	<input type="checkbox"/>	

Uhrzeit (Uhr)	Halle 1				Halle 2			
	Workshop	Referierende	F1/F2		Workshop	Referierende	F1/F2	
10:15 - 11:45	Krebsbewegungsgruppen	Stefanie	<input type="checkbox"/>					
12:00 - 13:30	Gymnastik auf dem Stuhl	Angelika	<input type="checkbox"/>		Functional Training	Claudia	<input type="checkbox"/>	
13:45 - 15:15	Parkour, wie baue ich auf und leite an?	Rufus	<input type="checkbox"/>		13:15 - 15:00 Uhr Hula-Hoop	Keiko	<input type="checkbox"/>	
15:30 - 17:00	Parkour Basics	Rufus	<input type="checkbox"/>		Wirbelsäulengymnastik	Annette	<input type="checkbox"/>	

150 Jahre Turngau Frankfurt 1875 – 2025