

## Ausschreibung

# Bewegung und Ernährung: Workshop Detox / Lehrgangs-Nr. 3082071 - 8 UE

<b>Termin</b>	von 09.07.2022 bis 09.07.2022
<b>Teile</b>	Bewegung und Ernährung: Workshop Detox 8 UE 09.07.2022 - 09.07.2022
<b>Meldeschluss</b>	09.06.2022
<b>Ort</b>	Gymnastikhalle der Grundschule, 91560 Heilsbronn, Nürnberger Str. 3
<b>Kosten</b>	BTV-Mitgliedsvereine: 149,00 Euro / Sonstige: 223,50 Euro
<b>Zielgruppe</b>	Alle
<b>Mindestalter</b>	18
<b>Zul.voraussetzungen</b>	keine
<b>Inhalt</b>	In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit dem Entgiften des Körpers. Du lernst, was Detox ist, woran man erkennt, ob der Körper eine Entgiftungskur benötigt, wie eine Entgiftung funktioniert und was es dabei zu beachten gibt. In Kombination mit entsprechender Bewegung wird dein Stoffwechsel und Kreislauf angekurbelt. Ein toller Lehrgang, um Einblicke in die Stoffwechselprozesse unseres Körpers zu erhalten und zu lernen, wie wir unserem Körper helfen können, mit den Belastungen des Alltags umzugehen und ihn von den Giften in unserer Ernährung zu befreien.
<b>Sonstiges</b>	Eine Teilnahme am BTV Kursleiter Bewegung und Ernährung Basiskurs oder an einer vergleichbaren Grundlagenausbildung ist wünschenswert
<b>Lizenzverlängerung</b>	Pluspunkt Gesundheit Übungsleiter C Breitensport Schwerpunkt: Allround-Fitness (Gymnastik-Turnen-Spiel) (früher: Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit) BLSV: Übungsleiter C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV: Übungsleiter C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene Übungsleiter B Breitensport Sport in der Prävention Übungsleiter B Breitensport Profil Erwachsene/Ältere, Schwerpunkt: Ältere (früher: Übungsleiter B Breitensport Sport für Ältere)
<b>Ansprechpartner</b>	Petra Walter
<b>Referent</b>	Petra Walter
<b>Anmeldung</b>	schriftlich: Bayerischer Turnverband, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München per Mail: LGanmeldung@btv-turnen.de