

## Aquagymnastik/Aquajogging/SB und HK

|                  |  |
|------------------|--|
| Lehrgangsnummer: | ÜLB05  |
| Lerneinheiten:   | 20   |
| Träger:          | Landessportbund Sachsen  |
| Kosten:          | 180 €   Nicht-Sportvereinsmitglied<br>135 €   Sportvereinsmitglied |
| Stornofrist:     | 21.05.2021   |

### Termin

06. - 08.08.2021, 19:00 - 19:00 Uhr

|                 |  |
|-----------------|--|
| Ort:            | Sportpark Rabenberg<br>Sportpark Rabenberg, 08359 Breitenbrunn |
| Referent:innen: | Claudia Hofmann / Jens Preussner                               |
| Hinweis:        | Profile: Aquagymnastik = SB<br>Aquajogging = HK                |

### Inhaltliche Schwerpunkte

- Zielgruppe
- Rahmenbedingungen
- Problem Musik
- Geräte/Hilfsmittel/Auftriebshilfen
- geeignete Schwimmtechniken
- Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser sowie am Beckenrand
- Mastereinweisung: *Aquagymnastik, Aquajogging*

### Hinweis

An- und Abreisezeiten sowie einen Zeitplan für das Seminar finden Sie in Ihrem Buchungssaccount im Bildungsportal unter "Meine Anmeldungen & Details".

Dieser Lehrgang unterliegt den **Stornobedingungen** des Landessportbund Sachsen. Eine Stornierung ist außerhalb der Stornofrist ebenfalls über Ihren Account im Bildungsportal selbst durchzuführen.

### Veranstalter

Landessportbund Sachsen  
Goyastr. 2d  
04105 Leipzig  
[www.sport-fuer-sachsen.de/bildung](http://www.sport-fuer-sachsen.de/bildung)