

## Kurskalender 2023 - Lizenz Übungsleiter C (Breitensport)

Monat	Kurs	Datum	Ort
März	Grundlehrgang	07.-09.03. 15.-16.03.	Naunhof/ online
	<b>Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining in der Leichtathletik</b>	25.03.	Grimma
April	Rückenfitness	01.04.	Naunhof
	<b>Flizzy Prüferschulung</b>	19.04.	Naunhof
Mai	Aufbaulehrgang	03.-06.05. 12.-13.05.	Naunhof/ online
	<b>Tape Kurs -einfach Tapen lernen-</b>	23.05.	Naunhof
Juni	Herz-Kreislauftraining 50+	03.06.	Grimma
	<b>Kindersportstunden altersgerecht gestalten</b>	10.06.	Naunhof
	Grundlehrgang	13.-15.06. 21.-22.06.	Naunhof
	<b>Funktionelles Athletiktraining</b>	24.06.	Naunhof
Juli	Leichtathletik im Breitensport	01.07.	Naunhof
August	<b>Pilates/Faszientraining</b>	26.08.	Naunhof
September	Gesunde Ernährung im Sport	02.09.	Naunhof
	<b>Funktionsgymnastik</b>	09.09.	Grimma
	<b>Flizzy Prüferschulung</b>	14.09.	Naunhof
	Grundlehrgang	19.09.-21.09. 27.-28.09.	Naunhof/ online
Oktober	Kinderyoga	21.10.	Naunhof
November	Aufbaulehrgang	08.11.-11.11. 17.-18.11.	Naunhof/ online
	<b>Motivierendes Konditionstraining für 6-9 Jährige</b>	25.11.	Markkleeberg
Dezember	<b>Motivierendes Konditionstraining für 9-12 Jährige</b>	02.12.	Markkleeberg
	<b>Kleine Spielformen für jeden Altersbereich</b>	09.12.	Naunhof