

AUSSCHREIBUNG



Themenfeld:

Übungsleitersuche

Praktika-Angebot

Projektmitarbeit

Vereinsname: Wellingdorfer Turnverein von 1892 e.V.
www.wtv-kiel.de

Tätigkeitsbereich: Übungsleiterin Rückenschule

Beschreibung:

Anleitung von Erwachsenen bei speziellem Rückentraining

Kleine Sporthalle des Gymnasiums Wellingdorf (Wellingdorf)

Mittwoch von 19:15 Uhr bis 20:15 Uhr

Das A und O für einen gesunden Rücken ist körperliche Aktivität. In der Rückenschule werden Übungen und Informationen zur Verminderung oder Vorbeugung bei Rückenschmerzen vermitteln. Ziel ist es, die Rückengesundheit der Teilnehmer zu fördern und Rückenbeschwerden vorzubeugen. Dazu werden Übungen zur Dehnung und Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur erlernt und durchgeführt. Des Weiteren werden Tipps für einen gesunden Rücken im Alltag gegeben.

Ansprechpartner:

Name: Joachim Knittel

Email: joachimknittel@t-online.de

Telefon: 0151 67232640

Erreichbarkeit:

tagsüber

i.d. Zeit von 18:00 Uhr bis 22:00 Uhr