

AUSSCHREIBUNG



Themenfeld:

Übungsleitersuche

Praktika-Angebot

Projektmitarbeit

Vereinsname: Wellingdorfer Turnverein von 1892 e.V.

www.wtv-kiel.de

Tätigkeitsbereich: Übungsleiterin für Gymnastik

Beschreibung:

Anleitung einer Gruppe Frauen in Gymnastik (Breitensport)

Kleine Sporthalle des Gymnasiums Wellingdorf

Dienstag von 8:45 Uhr bis 9:45 Uhr

Die Gymnastikgruppe besteht überwiegend aus älteren Teilnehmerinnen. Entsprechend dosiert und ausgewählt soll das Bewegungsangebot sein. Die Übungen schulen vor allem die natürlichen Bewegungen und sind im Wesentlichen der allgemeinen Gymnastik entnommen.

So wird mit Lockerungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen die Elastizität des Bewegungsapparates trainiert. Koordinations-, Reaktions-, Geh- und Gleichgewichtsübungen erhalten die Sicherheit der Motorik, um vor Stürzen und Unfällen zu bewahren. Auch werden der Gemeinsinn und die sozialen Kontakte in der Gruppe gefördert.

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