

## Richtig Fit mit einem gesunden Rücken

<b>Termin</b>	Samstag, 28. November 2020
<b>Ort</b>	USI Klagenfurt, Universitätsstraße 63, 9020 Klagenfurt am Wörthersee
<b>Dauer</b>	09:00 – 17:00 Uhr
<b>Zielgruppe</b>	ÜbungsleiterInnen in ASVÖ Vereinen, TrainerInnen, Interessierte
<b>Referentin</b>	Mag. Mag. (FH) Katrin Dorfer
<b>Inhalt</b>	Einschränkungen durch Rückenschmerzen sind in unserer Gesellschaft nach wie vor weit verbreitet. In diesem Workshop wird beleuchtet, welche Faktoren für einen gesunden Rücken verantwortlich sind. In Theorie und Praxis werden neue Ideen und Anregungen für ein ganzheitliches Rückentraining mit verschiedenen Materialien (Pezzi- und Redondoball, Mattenrolle, Theraband, etc.) vermittelt.
<b>Kosten</b>	€ 40,- für Qualitätssiegel-ÜL eines ASVÖ Vereins € 50,- für Mitglieder eines ASVÖ Vereins € 109,- für Nichtmitglieder eines ASVÖ Vereins Überweisung bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn auf das Konto der Volksbank Wien, IBAN: AT184300046100577009, Verwendungszweck: RF mit gesundem Rücken Ktn 2020. Eine Teilnahme am Kurs ist nur möglich, wenn der Kursbeitrag vor Kursbeginn beim ASVÖ einbezahlt wurde. Bei einer Abmeldung ab einer Woche vor Kursbeginn oder bei Nichtteilnahme fallen 100% Stornokosten an. Die Ausschreibung gemeinsam mit dem Zahlungsnachweis dient für die private Buchhaltung.
<b>Anmeldung</b>	bis 13. November 2020 unter <a href="http://www.asvoe.at/ausbildung">www.asvoe.at/ausbildung</a>
<b>Kontakt</b>	Mag. <sup>a</sup> Simone Kühn Gesundheits- und Breitensport ASVÖ Kärnten Mobil: +43 (0) 664/28 48 402 Mail: <a href="mailto:simone.kuehn@asvoe-kaernten.at">simone.kuehn@asvoe-kaernten.at</a>
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebestätigung

