

## Verbindliche **Anmeldung**- Natürlich gesund bleiben Tag am 14.05.2022

(31137 Hildesheim-Himmelsthür, Jahnstraße 52-Geschäftsselle / Außengelände)

per Fax: 05171-16954

per Post an: KreisSportBund Peine e.V., Am Markt 2, 31224 Peine  
oder per E-Mail: rklemm@ksb-peine.de



### Vortrag – Tim Stratmann- Sa. 14.05.2022, 10:15 – 11:00 Uhr – Seminarraum KSB HI

Thema: „Raus mit Euch“!

### Sportpraktische Workshopphase 1, Sa. 14.05.2022, 11:15 – 12:15 Uhr - Sportplatz

- A **Faszien- und Funktionelles Training in der Natur** mit Tim Stratmann (Sportwissenschaftler M.A.)
- B **Der Outdoor Fitness Rucksack** mit Michael Rekel (Trainer für Präventionssport)

Gemeinsames Mittagessen ab 12.15 Uhr mit aktiver Pause / Mitmachangebote auf dem „Marktplatz der Möglichkeiten“- Infostände –Sportarten in der Natur- Ideenkoffer u.v.m.

### Sportpraktische Workshopphase 2, Sa. 14.05.2022, 13:30 – 14:30 Uhr -Sportplatz

- A **Faszien- und Funktionelles Training in der Natur** mit Tim Stratmann (Sportwissenschaftler M.A.)
- B **Der Outdoor Fitness Rucksack** mit Michael Rekel (Trainer für Präventionssport)

### Sportpraktische Workshopphase 3, Sa. 14.05.2022, 14:45 – 15:45 Uhr –Sportplatz / Halle

- C **Denkathlon® to Go** mit Christian Bosenick (zertifizierter Gedächtnistrainer)
- D **Digitale Bewegungsanimation – Sportstation 2** mit Petra Ernst & Michael Rekel
- E **Life Kinetik®** – Markus Meister (Fitness-u. Lifekinetik Trainer)

Es wird um eine frühzeitige Anmeldung (Pro Workshopphase bitte eine Wahlmöglichkeit ankreuzen) gebeten, da die Teilnehmerzahl für die einzelnen Workshops auf max. 20 Personen begrenzt ist!

<b>Name, Vorname:</b>	
<b>Straße, PLZ Ort:</b>	
<b><u>E-Mail-Adresse:</u></b>	
<b>Telefon:</b>	<b>Geb.-Datum:</b>
<b>Mitglied im Verein:</b>	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein falls ja, welcher Sportverein
<b>Sportverein:</b>	

In den Teilnehmergebühren von 10,00 Euro, die vor Ort gezahlt werden, sind der Vortrag, die Workshops, das Mittagessen sowie Getränke enthalten.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Teilnehmers

### **Lizenzverlängerung:**

Die Teilnahme am Natürlich gesund bleiben Tag wird mit **5 LE** zur Lizenzverlängerung (ÜL-C) angerechnet.