



6. Gesundheitssporttag des Leichtathletik-Verbandes Sachsen-Anhalt e.V. 19.03.2022

PROGRAMM

- ab 8:45 Uhr • Checkin für alle Teilnehmer
- 09:15 Uhr • Eröffnung des 6. Gesundheitssporttages

Workshop A

- 09:30 - 10:30 Uhr • Funktionelles Training Nordic Walking
- 10:45 - 11:45 Uhr • Vortrag: Ernährung bei Diabetes
- 11:55 - 12:55 Uhr • Ernährung bei Diabetes
- 13:55 - 14:55 Uhr • Gesunde Füße Schritt für Schritt
- 15:00 - 16:00 Uhr • Vortrag: Laufen für ein gesundes Herz
- danach • Veranstaltungsabschluss

Veranstaltungsort: Euroville Jugend- & Sporthotel
Am Michaelisholz 115
06618 Naumburg (Saale)

Anmeldung & Informationen unter www.lvsa.de/info@lvsa.de

Letzter Anmeldetermin: 13.03.2022

Der Teilnahmebeitrag in Höhe von 30,00 € wird nach der Anmeldung in Rechnung gestellt. Bei Abmeldung entsteht eine Stornogebühr in Höhe von 10,00 EURO ab Anmeldetermin. Bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag gilt der volle Teilnehmerbeitrag.

Leistungen: Seminarangebot mit qualifiziertem Referententeam, Mittagessen, Seminargetränk. Unser Hauptsponsor Novo Nordisk Pharma GmbH bietet Ihnen vor Ort Informationen rund um Diabetes an.



Workshop B

- Faszientraining-Basics I
- Gesunde Füße Schritt für Schritt
- Faszientraining-Basics II

Mit der Teilnahme werden folgende Lerneinheiten (LE) für die DOSB-Lizenzen anerkannt:

- 8 LE ÜL-C Breitensport (sportartübergreifend)
- 8 LE ÜL-B Sport in der Prävention/ Herz-Kreislauf
- 4 LE Trainer/in-C Leistungssport/Leichtathletik

Für alle anderen Lizenzen auf Anfrage beim ausstellenden Fachverband.



BEWEGEN - ERLEBEN - TRAINIEREN - WOHLFÜHLEN