

## Neue Energie für Frauen im Tauchsport

Speziell an unsere Damen richtet sich dieses Seminar, welche u.a. einen Wiedereinstieg in den Tauchsport suchen. Referiert wird von Susanne Herde (FB Medizin) und Antje Müller-Herrmann (FB Ausbildung). Weitere Spannende Themen werden an diesem Tag bearbeitet.

Zielgruppe	Taucherinnen aller DTSA Stufen und Ausbilderinnen
Ausrichter	BTSV Ausbildung
Datum	Samstag, 10.10.2020
Seminarort	Sportschule Schöneck
Seminargebühr	50 Euro für Mitglieder aus VDST-Vereinen
In der Gebühr ist enthalten	Einklebeurkunde
Sonstige Kosten	Individuelle Verpflegung
Fragen an	antje@nautische.de
Seminarinhalt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchsporttraining für Wiedereinsteiger</li> <li>• Training in der Schwangerschaft</li> <li>• Training als Osteoporoseprophylaxe</li> <li>• Einführung ins Pilates</li> <li>• Wahrnehmungsschulung Haltung und Atmung</li> <li>• BrainGym</li> </ul>
Mitbringen	Gültige Tauchtauglichkeitsbescheinigung, Schreibunterlagen, Sportkleidung für Sporthalle und Schwimmbad
Weiterbildung	6 Stunden
Teilnahmezahl	min.8 max.12 Frauen
Meldeschluss	27.09.2020