

Kursleiter-Ausbildung

Groupfitness-Instructor 3: Step-Aerobic/ Step-Variationen

Step-Aerobic-Kurse sind schon lange eine feste Größe im Groupfitness. Sie werden überall gern besucht, weil sie ein effektives Cardiotraining mit Schulung der Koordination, Bewegung zu motivierender Musik und viel Spass verbinden. Diese Fortbildung sorgt für das nötige Handwerkszeug, um Step-Stunden sauber aufzubauen und professionell zu unterrichten.

Termin: Samstag, 29.02.2020 von 09.15 bis 17.00 Uhr (Step-Aerobic Aufbaumodul)
Sonntag, 01.03.2020 von 10.45 bis 18.00 Uhr (Step-Variationen)

Ort: UNIFIT Kaiserslautern (Paul-Ehrlich-Str. Gebäude 27), Kursraum 1

Zielgruppe:

angehende Kursleiter, die bisher lediglich den Groupfitness-Instructor 1 oder 1+2 besucht haben oder Quereinsteiger mit Ausbildungen aus anderen Fitnessbereichen. Unterrichtserfahrung wird nicht vorausgesetzt. Inhalte des ersten Moduls (Grundlagen des Unterrichts) oder einer vergleichbaren Grundlagenfortbildung werden allerdings vorausgesetzt.

Kosten: Übungsleiter/Trainer UNIFIT TU KL	150,00 €
Mitarbeiter UNISPORT TU KL	180,00 €
Studenten der TU KL / ADH/ Kooperationshochschulen	200,00 €
Schüler/ Auszubildende	220,00 €
Andere	250,00 €

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Ziele und Inhalte:

Diese Veranstaltung ist der dritte Teil (Modul 3) der Reihe Groupfitness-Instructor, und soll angehende Kursleiter für das Unterrichten von Step-Aerobic-Kursen ausbilden. **Die einzelnen Einheiten „Step-Aerobic“ und „Step-Variationen“ können unabhängig voneinander gebucht werden, der Preis halbiert sich dann entsprechend um die Hälfte.**

Ziel des Modul Step-Aerobic ist es, Kursleitern von Step-Kursen sicheren Umgang mit Cueing, Choreographie-Aufbaumethoden und Stundengestaltung zu vermitteln. Die Step-Variationen gehen einen Schritt weiter und erweitern mit Double-Step und $\frac{3}{4}$ -Step das Spektrum kreativer Stundengestaltung. (Alle Infos unter <https://www2.hochschulsport.uni-kl.de/Fortbildung.aspx>)

Referentin: Lina Sprenger (Diplomsportwissenschaftlerin, Groupfitness-Instructorin, lizenzierte Step-Master-Instructorin, Ausbilderin für Groupfitness, Referentin für Fitness und Gesundheit, Leitung UNIFIT)

Leistungen: Skript, Snacks und Getränke, Zertifikat

Anmeldung: bis zum 20.02.2020 unter: <https://www2.hochschulsport.uni-kl.de/Fortbildung.aspx>

Ausrichter: Technische Universität Kaiserslautern
ZE Allgemeiner Hochschulsport, UNIFIT
Paul- Ehrlich-Str. Gebäude 27
67663 Kaiserslautern



UNIFIT
UNISPORT TU KAISERSLAUTERN

