

Der KreisSportBund Rotenburg (Wümme) informiert 10-2021

Text: Peter Bergstermann

Sportjugend: Online-Lehrgang „Fit am Schreibtisch“

Die Sportjugend Rotenburg (Wümme) richtet für die Sportjugend Osterholz-Rotenburg (Wümme)-Verden am Donnerstag, den 20. Mai, den Online-Lehrgang „Fit am Schreibtisch“ aus.

Der Lehrgang richtet sich an alle Jugendlichen und Jugendleiter sowie Übungsleiter in den Sportvereinen der Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden.

Es schmerzt und zwickt, wenn ihr am PC arbeitet oder viel Zeit am Schreibtisch verbringt? In diesem Online – Modul gibt Referentin Vanessa Pfeiffer theoretische und praktische Hilfen, wie Übungen in den Arbeitsablauf integriert werden können. Die kurzen Übungen für Rücken, Arme und Nacken sorgen für ein entspanntes Arbeiten.

Interessierte können ab sofort die Anmeldeunterlagen beim Sportreferenten der Sportjugend, Frieder-M. Hütten per E-Mail anfordern: referat-sportjugend@ksb-rotenburg.de. Die verbindliche Anmeldung muss dann bis einschließlich 17. Mai zurückgesendet werden.