

## **Der KreisSportBund Rotenburg (Wümme) informiert 21-2022**

Text: Peter Bergstermann / KSB Rotenburg (Wümme)

### **Sportregion bietet ÜL-C –Fortbildung online an**

#### **ÜL-C-Fortbildung „Mentale Aktivierung – gezieltes Warm Up und Konditionstraining für den Kopf“**

Für die Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden bietet der KreisSportBund Rotenburg (Wümme) am Dienstag, den 27.September, von 18Uhr30 bis 20Uhr eine Online-Fortbildung für ÜbungsleiterInnen -C- an. Referentin Petra Michaelis aus Oyten behandelt während des Workshops folgende Themen: Fitness für den Kopf – warum und für wen? Kurzvorstellung MAT (Mentales Aktivierungs Training); Wirkungsweise der fundierten und effizienten Trainingsmethode und Zusammenhänge zwischen geistiger und körperlicher Fitness sowie Gehirntraining in der Sportstunde.

Aus organisatorischen Gründen ist diese kostenlose Fortbildung auf 20 TeilnehmerInnen begrenzt. Für die Teilnahme werden zwei Lerneinheiten anerkannt.

Die Ausschreibungs- und Anmeldeunterlagen erhalten Interessierte bei ihren Vereinen oder auf den Websites der Kreissportbünde Osterholz, Rotenburg (Wümme) oder Verden.

Ein Link für die Fortbildung wird den Teilnehmenden vor der Fortbildung rechtzeitig zugemailt.

Für Nachfragen steht Hella Rosenbrock, Sportreferentin für Bildung des KreisSportBundes Rotenburg (Wümme), unter folgende Kontaktmöglichkeiten zur Verfügung: Molkereistraße 30,27404 Zeven, Tel.: 04281 / 1811, Fax: 04281 / 2693, E-Mail: [anmeldung@ksb-rotenburg.de](mailto:anmeldung@ksb-rotenburg.de).