



# Fitnessstag am 14.09.2024

## „Fit und gesund – Gesund und fit“



- Termin:** Samstag, den 14.09.2024 von 08:45 Uhr bis 14:30 Uhr
- Ort:** „Ernst-Ebert-Sporthalle“ - Gommern; Nordhausener Straße 18. 39245 Gommern
- Veranstalter:** SV Eintracht Gommern e.V. in Kooperation mit dem Kreissportbund Jerichower Land e.V.
- Anmeldungen:** Anmeldung per E-Mail vom **1. Juli bis zum 31. August 2024** an:  
Dorothea Schippan (SV Eintracht Gommern e.V.): [schippan-gommern@t-online.de](mailto:schippan-gommern@t-online.de)  
(Bitte mit folgenden Angaben: Vor- und Nachname, Geburtsdatum, Wohnort u. Sportverein)
- Teilnehmergebühr:** 5,- € pro Person, Zahlung vor Ort in bar (bitte passendes Geld mitbringen)
- Lerneinheiten:** 4 LE zur Lizenzverlängerung der DOSB Übungsleiter C-Lizenz sportartübergreifender Breitensport
- Rückfragen an:** Dorothea Schippan (SV Eintracht Gommern e.V.) Tel.: 0170 122 72 45

**Bitte eine Gymnastikmatte und ausreichend Erfrischungsgetränke mitbringen.**

Uhrzeit	Thema und Inhalte	Referent
bis 08:45 Uhr	<b>Anreise und Anmeldung</b>	
09:00 – 09:15 Uhr	<i>Begrüßung und Erwärmung</i>	
09:15 – 10:00 Uhr	<b>Kurs 1: „Tanz Dich fit...“</b>	<i>Steffi Nichtewitz</i>
10:30– 11:15 Uhr	<b>Kurs 2: Gesundheitstraining mit dem großen Ball - Pezziball</b>	<i>Dorothea Schippan</i>
11:45 – 12:30 Uhr	<b>Kurs 3: „Gesund und fit durch Trommeln“</b>	<i>Dorothea Schippan</i>
<i>Pause mit Imbiss 12:30 – 13:30 Uhr</i>		
13:30 – 14:15 Uhr	<b>Kurs 4: ¾ Stepp &amp; Dance</b>	<i>Dorothea Schippan</i>
14:15 – 14:30 Uhr	<i>Gemeinsamer Abschluss/Ausgabe Zertifikate/ Verabschiedung</i>	

## **Wir freuen uns über Deine Teilnahme**

### Datenschutz und Fotoerlaubnis:

Der KSB JL e. V. sowie der SV Eintracht Gommern e. V. verpflichten sich, im Umgang mit personenbezogenen Daten zum Zwecke der Lehrgangsabwicklung, die Vorgaben des DSGVO einzuhalten. Die Datenschutzerklärung für Lehrgänge der KSB JL e. V. ist auf unserer Internetseite einzusehen.

Die Veranstaltung kann photographisch begleitet werden. Die Aufnahmen können im Rahmen der Berichterstattung verwendet werden. Wird dies nicht erwünscht, ist dies bei der Anmeldung zur Veranstaltung anzuzeigen.