

Anmeldekarte

Am Gesundheitsforum **Jung bleiben durch Bewegung und Sport** am 29.04.2017 in der Zeit von 9:30-15:30 Uhr nehme ich teil:

Arzt/Ärztin
 Übungsleiter/in

Titel
 Name, Vorname
 Straße, Nr.
 PLZ, Ort
 Telefon Geburtsdatum
 Email-Adresse

Ich melde mich für folgende Praxisseminare an:

■ VORMITTAGS (11:30-13:00 UHR)

Praxisseminar Nr. alternativ Nr.

■ NACHMITTAGS (14:00-15:30 UHR)

Praxisseminar Nr. alternativ Nr.

Begrenzte Teilnehmerzahl. Teilnahme an den Praxisseminaren nach Eingang der Anmeldegebühr. Eine Anmeldebestätigung wird nicht verschickt.

Das Mitbringen von Sportkleidung wird empfohlen.

Mit der Anmeldung gebe ich mein Einverständnis, dass der LSB Berlin während der Veranstaltung entstandene Bildaufnahmen von mir in seinen Veröffentlichungen verwenden darf.

Mach mit Bleib fit

Das 10. Gesundheitsforum zum Thema „Jung bleiben durch Bewegung und Sport“ richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Trainerinnen und Trainer, Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus dem Gesundheitssport sowie an interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildung

- für Übungsleiterinnen/-leiter: 5 LE
- für Ärztinnen/Ärzte: 10 Fortbildungspunkte



Veranstaltungsort:
Gerhard-Schlegel-Sportschule des LSB Berlin, Priesterweg 4
10829 Berlin (Schöneberg)

Anfahrt: Bus M46, 248
S-Bhf Südkreuz, S-Bhf Schöneberg



Berlin komm(t) auf die Beine



10. Gesundheitsforum Jung bleiben durch Bewegung und Sport

Samstag, 29. April 2017
9:30-15:30 Uhr
Gerhard-Schlegel-Sportschule des Landessportbundes Berlin

ALS FORTBILDUNG ANERKANNT



Mach mit Bleib fit www.lsb-berlin.de

VERANSTALTUNGsort





PROGRAMM

09:30-10:00 BEGRÜSSUNG, ORGANISATORISCHES

10:00-11:00 ■ **MEDIZINISCHER FACHVORTRAG:**

Jung bleiben durch Bewegung und Sport
Prof. Dr. Bernd Wolfarth – FA f. Innere Medizin, Sportmedizin, Präventivmedizin (DGPR), Ernährungsmedizin (DGEM) – HU / Charité Universitätsmedizin Berlin

11:30-13:00 ■ **PRAXISSEMINARE VORMITTAGS**

Nr. 1:

Ausdauertraining mit verschiedenen Geräten
Bettina Lutze-Luis Fernandez – staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Nr. 2:

Stress bewältigen – Gelassenheit erleben
Sabine Sobhani – Dipl.-Psychologin

Nr. 3:

Koordinationstraining im Gesundheitssport
Frank Jürgens – Dipl.-Sportwissenschaftler, staatl. gepr. Heilpraktiker

Nr. 4:

Beweglichkeit – praktisch gelebt von innen u. außen
Bernd Curt – staatl. gepr. Gymnastiklehrer

Nr. 5:

Kraft- u. Stabilisationstraining im Gesundheitssport
Anja Opp – Dipl.-Sportwissenschaftlerin

Nr. 6:

Functional Myofascial Training
Sirous Monavvari – staatl. gepr. Gymnastiklehrer

13:00-14:00 MITTAGSPAUSE

14:00-15:30 ■ **PRAXISSEMINARE NACHMITTAGS**

(Themen analog zu vormittags)

Teilnahmegebühr 40,- € inkl. Mittagessen



Mach mit Bleib fit

10. Gesundheitsforum Jung bleiben durch Bewegung und Sport

**Samstag
29. April 2017
9:30 bis 15:30 Uhr**

**Gerhard-Schlegel-
Sportschule
des LSB Berlin**

**Priesterweg 4
10829 Berlin/
Schöneberg**

**Anfahrt:
Bus M46, 248
S-Bhf. Südkreuz und
S-Bhf. Schöneberg**

Bereits zum 10. Mal richtet der Landessportbund Berlin im Rahmen der Kampagne „Berlin komm(t) auf die Beine“ sein jährliches Gesundheitsforum aus.

Die diesjährige Jubiläumsveranstaltung beschäftigt sich mit dem Thema, wie Bewegung und Sport dazu beitragen, dass man jung bleibt.

Nach einem in das Thema einführenden medizinischen Fachvortrag wird in anschließenden Praxisseminaren mit verschiedenen Schwerpunkten dargestellt, welche Möglichkeiten Bewegung und Sport in diesem Zusammenhang bieten können.

ANMELDUNG:

**... bis spätestens
zum 19.04.2017
mit angehängter
Anmeldekarte an**
Gerhard-Schlegel-Sportschule LSB Berlin
Birgitt Picht
Priesterweg 4, 10829 Berlin
Tel.: 78 77 24 11, Fax: 7 88 32 17

oder online unter [www.lsb-berlin.de/angebote/
gesundheitsport/gesundheitsforum/](http://www.lsb-berlin.de/angebote/gesundheitsport/gesundheitsforum/)

**Begrenzte
Teilnehmerzahl!
Anmeldung erfolgt
nach Eingang der
Gebühr auf das
angegebene Konto**
**Die Teilnahmegebühr von 40€ bitte auf
folgendes Konto überweisen bis zum
22.04.2017:**

Landessportbund Berlin
Berliner Sparkasse
IBAN: DE80 1005 0000 0399 2017 26
BIC: BELADEBEXX
Verwendungszweck: GF-10 u. Ihr Name



**SPORT UND
GESUNDHEIT**

Ein Netzwerk des Landessportbundes Berlin

Berlin komm(t) auf die Beine

Bitte per Fax: 788 32 17 oder
per Post einsenden.

Porto zählt
Empfänger



ANMELDUNG

Gerhard-Schlegel-Sportschule des
LANDESPORTBUNDES BERLIN

Birgitt Picht
Priesterweg 4
10829 Berlin

