

Rückantwort-Karte

Am Gesundheitsforum **Bewegung, Sport und Psyche** am 30.05.2015 in der Zeit von 9:15-15:30 Uhr nehme ich teil:

<input type="checkbox"/> Arzt/Ärztin	<input type="checkbox"/> 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.

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

Das Mitbringen von Sportkleidung wird empfohlen.

Mit der Anmeldung stimme ich zu, dass der LSB während der Veranstaltung getätigte Bildaufnahmen von mir in seinen Veröffentlichungen verwenden darf.

Mach mit Bleib fit

Das 8. Gesundheitsforum zum Thema „Bewegung, Sport und Psyche“ richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Trainerinnen und Trainer, Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus dem Gesundheits-sport sowie an interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildung

- für Ärztinnen / Ärzte
7 Fortbildungspunkte (beantragt)
- Übungsleiterinnen/Übungsleiter 5 LE.



Gerhard-Schlegel-Sportschule
des Landessportbundes Berlin
Priesterweg 4
10829 Berlin (Schöneberg)

Anfahrt: Bus M46, 106, 248,
S-Bhf Südkreuz, S-Bhf Schöneberg



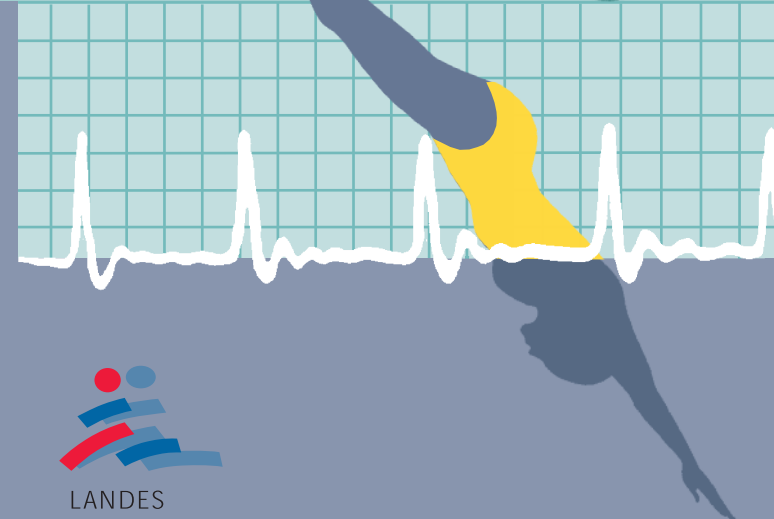
Berlin komm(t) auf die Beine



8. Gesundheitsforum Bewegung, Sport und Psyche

Samstag, 30. Mai 2015
9:15-15:30 Uhr
Gerhard-Schlegel-Sportschule
des Landessportbundes Berlin

ALS FORTBILDUNG
ANERKANT



Mach mit Bleib fit www.lsb-berlin.de

VERANSTALTUNGsort





PROGRAMM

09:15-10:00 Begrüßung, Eröffnung u. Organisatorisches

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

Körperliche Aktivität u. Sport in Entstehung und Behandlung psychischer Erkrankungen
(Prof. Dr. Andreas Ströhle – FA f. Psychiatrie und Psychotherapie, Forschungsschwerpunkt u.a. „Sport, körperliche Aktivität u. psychische Erkrankungen“)

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

Nr. 1: Box-Workout (*Bert Eichholz – Dipl.-Sportwissenschaftler, Dozent f. Sport u. BGF, Ausbilder für Personal Trainer*)

Nr. 2: Kreatives Tanzen mit Kindern und Jugendlichen (*Madleen Bernhardt – BA Kultur u. Management, Tanz- u. Fitnesstrainerin/ Sophia Lindenborn – staatl. anerk. Erzieherin, Coach of Dance and Movement*)

Nr. 3: Tai Chi ... Entspannung und mehr
(Martin Neumann - Sozialpädagoge, Lehrer f. Tai Chi Chuan u. Qi Gong)

Nr. 4: Yoga - Training f. Kraft, Beweglichkeit und Atem (*Lukrezia Schmidt – Gymnastik- u. Yoga-Lehrerin, Business Yoga, Entspannungstrainerin, Rückenschulleiterin*)

Nr. 5: Body & Mind: Rücken-Relax (*Monika Moudjéné – staatl. gepr. Sport- u. Gymnastiklehrerin, Pilates- u. Rückenschultrainerin u. -ausbilderin*)

Nr. 6: Energetische Konzepte der chinesischen Medizin (*Dr. Jürgen Wismach - FA f. Orthopädie, Sportmediziner, Akupunktur, stv. Vors. Deutsche Akupunktur Gesellschaft*)

13:00-14:00 Mittagspause

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

Inhalte analog zu vormittags

Teilnahmegebühr 40,- € inkl. Mittagessen



Mach mit **Bleib fit**

8. Gesundheitsforum Bewegung, Sport und Psyche

**Samstag
30. Mai 2015
9:15 bis 15:30 Uhr**

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

**Priesterweg 4
10829 Berlin/
Schöneberg**

**Anfahrt:
Bus M46, 106, 248
S-Bhf. Südkreuz und
S-Bhf. Schöneberg**

Psychische Erkrankungen bzw. Beschwerden gewinnen in der heutigen Zeit zunehmend an Bedeutung. Bewegung und Sport können wesentlich zur Verbesserung der psychischen Gesundheit beitragen.

Im Rahmen des 8. Gesundheitsforums soll veranschaulicht werden, welche Rolle sportliche Aktivität bei der Vermeidung, aber auch Behandlung psychischer Erkrankungen spielt.

Darüber hinaus sollen an praktischen Beispielen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie man durch gezielte körperliche Aktivität und Sport Risikofaktoren für psychische Beschwerden wie z. B. Stressbelastungen entgegenwirken kann.

ANMELDUNG:

**... bis spätestens
zum 26.05.2015
mit angehängter
Antwortkarte**

oder online unter

Gerhard-Schlegel-Sportschule LSB Berlin
Birgitt Picht
Priesterweg 4, 10829 Berlin
Tel.: 78 77 24 11, Fax: 7 88 32 17
[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
28.05.2015:**

Landessportbund Berlin
Berliner Bank
IBAN: DE09 1007 0848 0522 0777 09
BIC (SWIFT): DEUTDEDB110
Verwendungszweck: GF-08 und Ihr Name



**SPORT UND
GESUNDHEIT**

Ein Netzwerk des Landessportbundes Berlin

**Berlin komm(t)
auf die Beine**

Bitte per Fax: 7 88 32 17 oder
per Post einsenden.

Porto zählt
Empfänger



ANTWORT



Gerhard-Schlegel-Sportschule des
LANDESPORTBUNDES BERLIN

Birgitt Picht
Priesterweg 4
10829 Berlin

