



Im Rahmen des Programms "Bewegt ÄLTER werden in NRW!"
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen

Gefördert durch:



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



An die
Mitgliedsvereine, Vereinsvorstände und Übungsleiter/
-innen der NWTU, Kooperations- und
Netzwerkpartner sowie Interessierte

Ansprechpartner:

Projektleiter Dieter Bransch
Telefon: 0178 6326623
E-Mail: BAEW@nwtu.de

Einladung zur Informationsveranstaltung „Das moderne Lebensgefühl Fit sein“

Sehr geehrte Damen und Herren,

„Fit sein“ ist längst mehr als bloß modernes Phänomen und Lebensgefühl. Im Rahmen der Umsetzung des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ mit Bezug auf den Taekwondo-Sport wollen wir Erwachsene für das veränderte Sport- und Bewegungsverhalten in verschiedenen Lebensphasen des Erwachsenenalters sowie entsprechende Angebote in den Sportvereinen sensibilisieren und laden Sie hiermit herzlich zur ersten bevorstehenden Informationsveranstaltung „Das moderne Lebensgefühl Fit sein“ ein. Gemeinsam mit Heike Arlt, Referentin des Landessportbundes, machen sich die Teilnehmer das Themenfeld „Fit sein“ im Erwachsenenalter nachhaltig bewusst, mit dem Ziel, die gesammelten Erkenntnisse und Ideen zur Entwicklung von Fitnessrends, Sport- und Bewegungsangeboten im anschließenden Workshop zu erweitern.

Datum und Zeit:

Samstag, 16.11.2019 / 10.00 – 12.00 Uhr

Raum und Ort:

Sportschule Wedau, Raum Düsseldorf 1+2 (5. Etage)
Friedrich-Alfred-Straße 15, 47055 Duisburg

Inhalte der Veranstaltung sind u.a.:

- Ansprache von Erwachsenen sämtlicher Lebensphasen, die sich fit fühlen (wollen)
- Darstellung wesentlicher Grundgedanken: Sport- und Bewegungsverhalten, Geschlechterspezifika, Interessen, Motive, Bedürfnisse, Individualität, Trends, Flexibilität, Zugangswege
- Möglichkeiten zur Gestaltung interessenbezogener sowie lebensphasenübergreifender Sport- und Bewegungsangebote

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist gebührenfrei, für Verpflegung ist gesorgt. Wir würden uns über eine rege Teilnahme Ihrerseits freuen und bitten alle Interessierten um eine kurzfristige Rückmeldung.

Mit freundlichen Grüßen

Das Projektteam „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ in der Nordrhein-Westfälischen Taekwondo-Union e.V.

Anerkannte Lerneinheiten: 1,25 LE