



## **Fortbildung Gesundheitssport**

14. März 2026, 10 Uhr bis 16.30 Uhr

## **Heiligenhafen Sporthalle Lütjenburger Weg**

Anja Pohle  
-2. Vorsitzende-  
Im Dorfe 19  
23758 Gremersdorf OT Dazendorf  
Tel.: 04362-2017  
[anja.pohle@ktv-ostholstein.de](mailto:anja.pohle@ktv-ostholstein.de)

## **Fortbildung in Heiligenhafen**

### **Workshop Stuhlgymnastik – Theorie und Praxis**

Der Kreisturnverband Ostholstein veranstaltet zusammen mit dem TSV Heiligenhafen diese Fortbildung zum Thema Gesundheitssport. Sie richtet sich an Übungsleitenden der Sportvereine und alle in Vereinen Engagierten.

Es werden 8 Einheiten für die Verlängerung von C-Trainerlizenzen anerkannt.

Zeit: Samstag, 14.3.2026, 10.00 bis 16.30 Uhr.

Ort: Sporthalle Lütjenburger Weg (Theodor-Storm-Schule).

**Teilnahmegebühren: 35 € (nicht im Voraus zu zahlen),  
Teilnehmende aus nicht SHTV-Vereine zahlen 70€.**

Qualifizierungsoffensive des Landes Schleswig-Holstein zur Unterstützung des Ehrenamts: Ein Zuschuss für diese Fortbildung wurde beim Ministerium beantragt. Bei Bewilligung ist die Teilnahme kostenfrei!

Referentin: Nicole Stahmer (Heilpraktikerin für Physiotherapie, Kiel).

Teilnehmendenzahl: maximal 20 Personen.

Anmeldung: bei Ulrike Bütje oder unter: [anja.pohle@ktv-ostholstein.de](mailto:anja.pohle@ktv-ostholstein.de)

Tel: 04362-6125

E-Mail: [gesundheitssport@ktv-ostholstein.de](mailto:gesundheitssport@ktv-ostholstein.de)

Inhalt: Übungen auf und mit dem Stuhl aus den Bereichen Senioren, Rückenschule und Fitness. Stuhlgymnastik ist hilfreich und vielseitig. Ihr werdet überrascht sein, wie anstrengend sie sein kann!

Mit der Anmeldung bestätige ich die Anerkennung des Safe Sport Code des DTB einschließlich der Verhaltensregeln.