

BLIV uddannet

DANSK ARBEJDER IDRÆTSFORBUND



Naturmotionsguide

KURSUSINVITATION

Som deltager vil du blive klædt på, så du efterfølgende kan afvikle god og motiverende træning i naturen. Der vil være indføring i generelle træningslære og undervisningsprincipper samtidig med, at der vil blive præsenteret en lang række øvelser, som egner sig til naturmotion. Uddannelsen henvender sig til både nye og erfarne foreningsinstruktører, der ønsker at arbejde med naturen som motionsrum. Det er også oplagt at motionsvejleder, fysioterapeuter eller andre fagpersoner, der arbejder med motion i dagligdagen, deltager på naturmotionsguideuddannelsen. Der vil være ny inspiration at hente til den daglige træning af eksempelvis ældre på plejecentrene.

DATO & TID

Torsdag den 16. april 2015 kl. 10.00-16.00

STED

Gribskov Seniorcenter, Parkvænget 20B, 3200 Helsingør

PRIS

Introduktionspris: 400 kr. for medlemmer af DAI - 600 kr. for ikke medlemmer. I prisen er inkluderet; undervisning, kursushæfte, sandwich, vand og frugt.

HUSK

Drikkedunk og udetøj.

TILMELDING

Du tilmelder dig online på vores hjemmeside, www.dai-sport.dk (se under Uddannelse). Vi anmoder om, at alle felter udfyldes omhyggeligt, især mailadresse, idet der automatisk fremsendes en bekræftelse til din mail.

Sidste frist for tilmelding er senest den 6. april. februar 2015.

Deltagergebyr skal indbetales på DAI's konto i Arbejdernes Landsbank, Reg. nr. 5326 – Kontonr. 0396077, senest den 16. april 2015. (Notér gerne flg. i.f.m. betaling: "Naturmotionsguide Helsingør").

