

## Wir brauchen Verstärkung!

Der Kneipp-Verein Dortmund ist ein Traditionsverein, den es schon seit mehr als 100 Jahren gibt. Mit mehr als 1.000 Mitgliedern führen wir in vielfältiger Weise die Philosophie Sebastian Kneipps fort.

Derzeit suchen wir eine selbstständige **Übungsleitung** für den Kurs:

### „Ganzkörpertraining“

Dieser Kurs ist für den Zeitraum vom **26. Oktober – 14. Dezember 2021** (8 x 60 min.), jeweils dienstags 18.00 - 19.00 Uhr in der Turnhalle Grundschule Berghofen, Hirschweg 14 geplant. Die derzeitige Übungsleitung kann den Kurs leider nicht mehr anbieten, so dass wir auf der Suche nach einer neuen Übungsleitung sind.

Der Kurs besteht bereits seit mehreren Jahren und hat zurzeit folgende Inhalte:

- **gesundheits- und bewegungsförderndes Ganzkörpertraining**
- **Ausgleichsgymnastik**
- **Muskelaufbau**
- **Schulung Koordination, Kondition und Konzentration**
- **Anregung Herz, Kreislauf und Stoffwechsel**
- **Dehn-, Entspannungs- und Atemübungen** runden die Stunde ab

Können Sie sich vorstellen diesen Kurs langfristig zu übernehmen? Dann freuen wir uns auf Ihre E-Mail unter:

**info@kneipp-verein-dortmund.de**

In einem persönlichen Gespräch können wir alle weiteren Details besprechen.