

bikejöring & fit4run

Einsteiger-Seminar mit Weltmeister Klaus Bäumel & Dipl.-ITM
Tiermasseurin & Bewegungslehrerin Stefanie Hlavac

Ziel: bikejöring:
optimales Aufbautraining für Hunde und Hundebesitzer
Erlernung der Sportart Bikejöring
fit4run:
Steigerung des Wohlbefindens
Optimale Vor- & Nachbereitung des Körpers auf das
kommende Training bzw. Wettkampf
Vorbeugung von Verletzungen
Unterstützung bei Muskelaufbau
Leistungssteigerung



Seminarinhalt:

- bikejöring (Theorie & Praxis)
- Ausrüstungsinformation
- Überprüfung der Ausrüstung
- Tipps & Tricks vom Weltmeister
- Wirkungsweise Warm up & Cool down und Bewegungsübungen (Theorie & Praxis)
- Überblick Anatomie
- Tiermassage & Bewegungslehre allgemein
- Erlernung ausgewählte Massagegriffe & Techniken

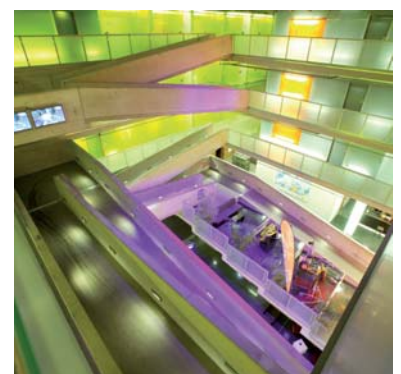


Zielgruppe: HundesportlerInnen jeder Art
Interessierte HundebesitzerInnen aus dem
Freizeitbereich
Trainer- und AusbilderInnen

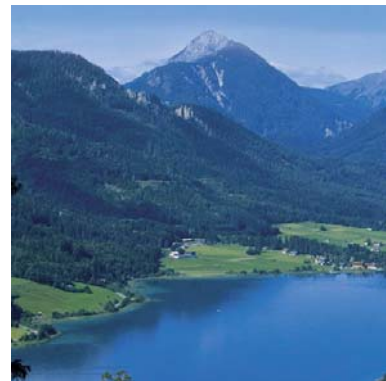


Termine: Freitag, 16. - Sonntag, 18. Juli 2010
Freitag, 30. Juli - Sonntag, 1. August 2010
Freitag, 13. - Sonntag, 15. August 2010
Start: Freitag, jeweils 13 Uhr
Ende: Sonntag, jeweils 14 Uhr

Ort: Cube Hotel Nassfeld
Tröpolach 152
9631 Nassfeld
Austria



Seminarkosten: € 458,-
inkl. 2 Übernachtungen im CUBE NASSFELD
2 Tage Halbpension (inkl. Frühstück bis 15
Uhr & Abendbuffet im Selbstbedienungs-
Restaurant)
1 x Welcome Drink
Seminarunterlagen



Info & Anmeldung: CUBE NASSFELD
Tröpolach 152
A-9631 Nassfeld
Tel. +43 (0) 4285-84 120-20 | fax -30
reservierung.nassfeld@cube-hotels.com
www.cube-nassfeld.at



Es wird darauf hingewiesen, dass das Seminar für den
Eigenbedarf gedacht und ausgerichtet ist.

