

## Weitere Informationen

Der Fachbereich Gesundheit & Soziales des DRK-Instituts für Bildung und Kommunikation ist eine staatlich geförderte und zertifizierte Einrichtung der Weiterbildung des Landes NRW.

Eine Freistellung (Bildungsurlaub) nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) ist möglich. Bildungsschecks und Bildungsprämien können eingesetzt werden.

Weitere Infos unter: [www.bildungsscheck.nrw.de](http://www.bildungsscheck.nrw.de) und [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)

### Ansprechpartnerin

Nadja Maier  
Telefon 0251 9739-229  
[nadja.maier@drk-westfalen.de](mailto:nadja.maier@drk-westfalen.de)

### Anmeldemöglichkeiten

- Online über [www.DRK-bildungsinstitut.de](http://www.DRK-bildungsinstitut.de)
- E-Mail über [gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de](mailto:gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de)
- Telefon 0251 9739-191



Besuchen Sie uns auf Facebook:



DRK-Landesverband  
Westfalen-Lippe e.V.  
Institut für Bildung  
und Kommunikation

IBK-Fachbereich Gesundheit & Soziales

## Weiterbildung zur Übungsleitung „Gymnastik 55 plus“



DRK-Landesverband Westfalen-Lippe e.V.  
Institut für Bildung und Kommunikation  
Sperlichstraße 27  
48151 Münster

Telefon 0251 9739-191  
[gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de](mailto:gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de)

[www.drk-bildungsinstitut.de](http://www.drk-bildungsinstitut.de)



# Weiterbildung zur Übungsleitung „Gymnastik 55 plus“

## Zielgruppe

Personen, die Kurse „Gymnastik 55 plus“ leiten möchten

## Inhalte

Wenn Sie selbst fit und aktiv sind und Freude an der Bewegungsvermittlung haben sowie zusätzlich Einfühlungsvermögen gegenüber älteren Menschen mitbringen, dann werden Sie Übungsleiterin oder Übungsleiter „Gymnastik 55 plus“! Wir vermitteln Ihnen die notwendigen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, um Gymnastikkurse für Teilnehmende ab 55 Jahren zu leiten und auf die speziellen Bedürfnisse des Alters souverän eingehen zu können.

## Themenschwerpunkte

- Anatomisches und physiologisches Hintergrundwissen
- Übungen aus der Seniorengymnastik
- Einsatz von Übungsgeräten
- Entwicklung von Bewegungsspielen und Rhythmus
- Methoden zur Durchführung von Gruppenstunden
- Besonderheiten der Gruppendynamischen Prozesse

Die Weiterbildung besteht aus insgesamt 3 Modulen (Grund-, Aufbau- und Abschlusskurs). Jedes Modul umfasst 40 Unterrichtseinheiten (UE). Die gesamte Weiterbildung hat 120 Unterrichtseinheiten „Präsenzzeit“ und 40 UE „Hospitation/Selbsterfahrung“. Die Module können auch einzeln gebucht werden. Am Ende erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.

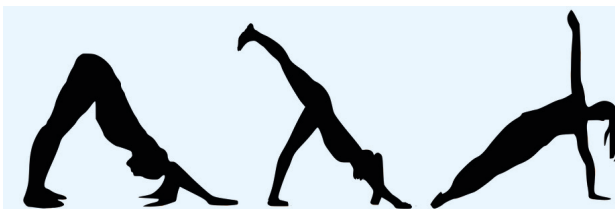
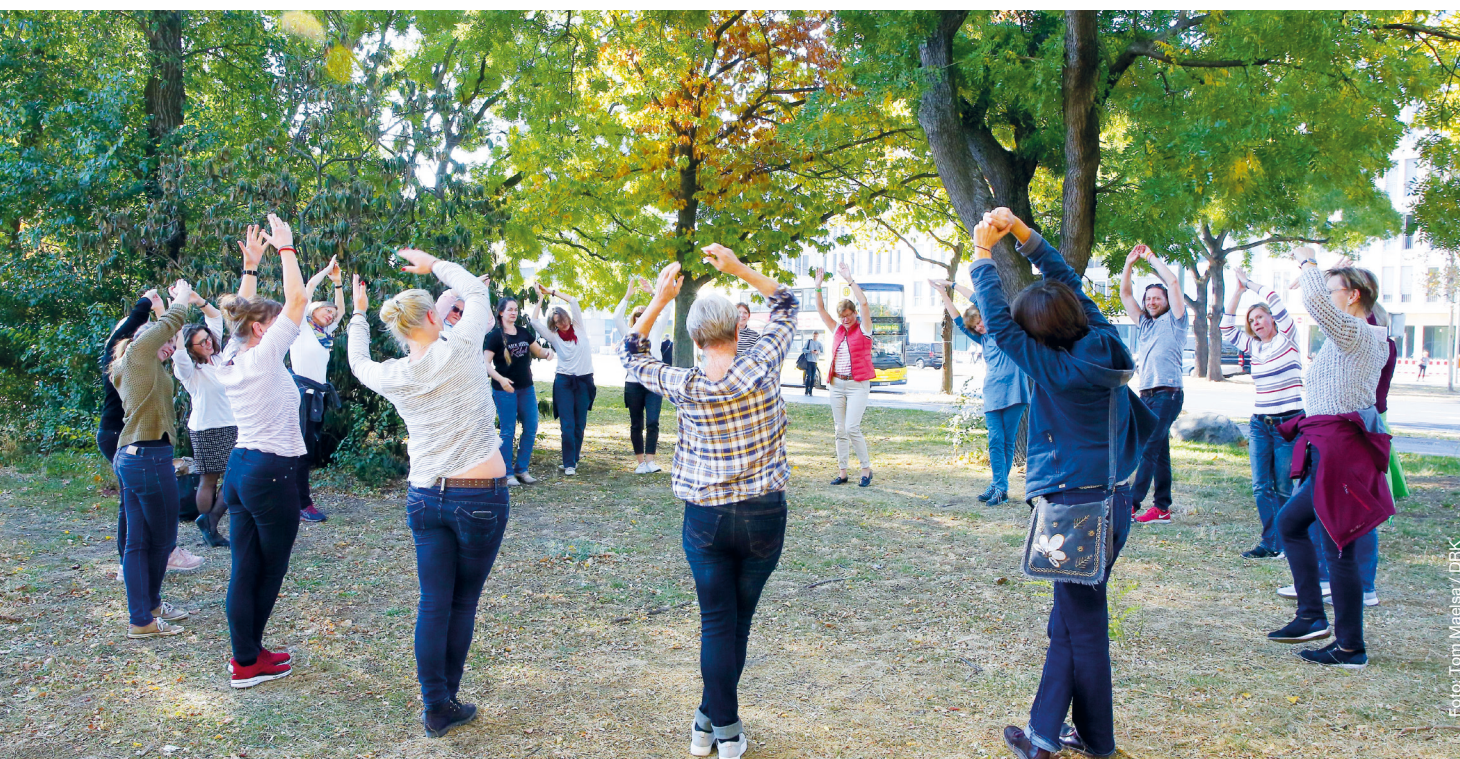
## Teilnahmegebühr

DRK-Hauptamtliche / Externe: Gesamtkosten für die Weiterbildung: 1 260,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung; Kosten pro Modul: 420,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung zzgl. 43,00 € einmalige Kosten für den Leitfaden Gymnastik.

Für DRK-Ehrenamtliche des Landesverbandes Westfalen-Lippe ist die Weiterbildung kostenfrei.



*Kontaktieren Sie uns gerne –  
wir freuen uns auf Sie!*



## Weiterbildungstermine

### Lehrgangsnummer

21043610

### Grundkurs

26.04.2021 – 30.04.2021

### Lehrgangsnummer

21083620

### Aufbaukurs Teil I

13.08.2021 – 15.08.2021

### Lehrgangsnummer

21083621

### Aufbaukurs Teil II:

27.08.2021 – 29.08.2021

### Lehrgangsnummer

21113630

### Abschlusskurs:

08.11.2021 – 12.11.2021

### Ort

DRK-Tagungshotel Münster gGmbH,  
Sperlichstraße 27, 48151 Münster

### Art der Veranstaltung

Weiterbildung

### Referentinnen

Irene Buttler und Gussi von Eßen,  
DRK-Lehrbeauftragte Gymnastik

### Hinweis:

Dieser Flyer kann auf der Internetseite des Instituts für  
Bildung und Kommunikation  
[www.drk-bildungsinstitut.de](http://www.drk-bildungsinstitut.de) heruntergeladen werden.