

Fact Sheet

# Online Ausbildung „Bewegte Pause“

nachstehend finden Sie die wichtigsten Informationen zur Ausbildung „Bewegte Pause“.

## Wo?

Online. Die Zugangsdaten werden den Teilnehmern ca. 1 Woche vor der Veranstaltung per E-Mail gesendet.



Foto: AdobeStock/the faces

## Für wen?

Kursleitungen im Bereich der **Erwachsenenbildung\***, Lehrpersonal in der Fort- und Ausbildung sowie Leitungen von regelmäßig stattfindenden und angeleiteten Treffen (z.B. Seniorentreff, Sprachcafé), die ein Interesse an der Durchführung von Bewegten Pausen haben.

## Wofür?

Um lange Sitzzeiten zu unterbrechen, einer Ermüdung vorzubeugen, die Konzentrationsfähigkeit zu erhalten, die Kursteilnehmenden zu aktivieren und einen körperlichen Ausgleich zu schaffen.

## Wer schult?

Die Ausbildungen werden von Lehrbeauftragten der DRK-Gesundheitsprogramme geleitet.

## Kosten?

Pro Teilnehmer ist ein Beitrag von 99,- Euro fällig. Sie erhalten eine Rechnung (bitte Rechnungsadresse bei der Anmeldung angeben).

## Wann/ Anmeldung?

Die **einmalig** 4-stündige Ausbildung findet jeweils an den nachstehenden Terminen statt. Über die Links gelangen Sie zur Anmeldeseite der entsprechenden Veranstaltung. Bitte wählen Sie nur einen Termin.

Donnerstag, 10.02.2022 (14:00 – 18:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/fa1ypLMBNv>

Freitag, 11.02.2022 (09:00 – 13:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/2EmJwMmUqs>

Freitag, 18.02.2022 (09:00 – 13:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/JUMGaMBQRL>

Donnerstag, 24.02.2022 (14:00 – 18:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/kTT3130Hfa>

Dienstag, 15.03.2022 (09:00 – 13:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/fLYNzxYJhb>

Samstag, 26.03.2022 (10:00 – 14:00 Uhr): <https://forms.office.com/r/cUUH9F9ud3>

Bewegte Pause | DRK-Gesundheitsprogramme



\* Die Kurse haben als Zielgruppe Erwachsene, sie sind aufgrund der Methodik weniger geeignet für Kinder und Jugendliche. Die Bewegte Pause ist als eigenständiges, kurzes Bewegungsprogramm zu betrachten, daher ist nicht vorgesehen, sie ergänzend in bereits bestehende Sport- und Bewegungskurse einfließen zu lassen.

**AGBs:**

Sie haben sich online zur Ausbildung „Bewegte Pause“ angemeldet. Bitte geben Sie alle erforderlichen Daten ein. Die Anmeldung ist verbindlich. Nach Eingang wird Ihnen ein Platz reserviert. Es wird keine Anmeldebestätigung versendet. Die Zahlung der Seminargebühr in Höhe von 99,- Euro erfolgt nach Erbringung der Leistung, Sie erhalten eine Rechnung mit der Aufforderung der Zahlung innerhalb von 14 Tagen. Ein kostenloser Rücktritt von der Veranstaltung ist bis 1 Woche vor Kursbeginn möglich. Bei späterem Rücktritt wird eine Ausfallgebühr von 30 Euro fällig, es sei denn, eine genannte Ersatzperson nimmt stattdessen teil. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, werden die angemeldeten Teilnehmenden spätestens 1 Woche vor Beginn der Veranstaltung benachrichtigt. Ggf. ist ein Wechsel zu einem weiteren Termin möglich. Es wird vorausgesetzt, dass die teilnehmende Person keine gesundheitlichen Einschränkungen hat oder diese ggf. vor der Teilnahme mit dem Arzt abklärt. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.