

SAVE THE DATE

Senso[®] Motorik Update

Theorie, Praxis, Networking

WANN:

am 24.10.2026 (Samstag)

WO:

Landesturnschule Trappenkamp

Lessingstraße 5 | 24610 Trappenkamp



Referent

Anke Haberlandt

Als Diplom-Sportlehrerin, Autorin verschiedener Sportbücher und Rückenschullehrerin (Forum Gesunder Rücken) bringt sie langjährige Erfahrung im Gesundheitssport mit. Als DTB Faszio Trainerin, DTB Neuro Instructor und DTB Pilates-Trainerin verbindet sie fundiertes Fachwissen mit umfangreicher Praxiserfahrung.

Seit 1994 ist sie als Referentin und Ausbilderin für verschiedene Sportverbände in den Bereichen Pilates, Groupfitness, Rückentraining sowie weiteren gesundheitsorientierten Bewegungsthemen tätig.

Für Ausbilder, Coaches und Trainer im Gesundheits- und Fitnessbereich.

Anmeldung und weitere Informationen unter info@togu.de.

PROGRAMM

Senso[®] Motorik Update

Theorie, Praxis, Networking

WANN:

am 24.10.2026 (Samstag)

WO:

Landesturnschule Trappenkamp

Lessingstraße 5 | 24610 Trappenkamp

10.00-10.15 Uhr	Begrüßung/Organisation
10.15-12.00 Uhr	Übungsvielfalt mit PAB [®] Ringen, Flexvit Multiband & Multiroll [®] MyYoga
12.00-12.45 Uhr	Einblick in das neurozentrierte Training mit dem FASZIO Neuro Stab
12.45-13.15 Uhr	Pause
13.15-14.15 Uhr	News & Facts zum Thema Kraft- und Stabilitätstraining im Kontext Ältere
14.15-14.30 Uhr	Pause
14.30-16.00 Uhr	Kraft & Balance Circuit
16.00-16.30 Uhr	Q & A, Networking und Abschluss

Anmeldung und weitere Informationen unter info@togu.de.