



Natur und Bewegung – Fortbildung für Gästebetreuer/innen

Wie viel Lebenszeit verbringen wir in geschlossenen und eng begrenzten Räumen, bei teilweise künstlichem Licht, verbrauchter oder klimatisierter Luft und unter Ausschluss des tages- bzw. jahreszeitlichen Rhythmus unserer Natur?

Unser Pfälzerwald kann - als Frei- und / oder Bewegungsraum unter gesundheitlichen Gesichtspunkten - ein hohes Maß an körperlichem, seelisch – geistigem und sozialem Wohlbefinden vermitteln. Natur vor der Haustür als Aktionsraum, um die Sinne zu aktivieren, den Körper zu mobilisieren und Freude zu bereiten, kann mehr beinhalten als einförmiges Joggen oder Walken.

Im theoretischen Teil des Seminars sollen zunächst die unterschiedlichen „Outdoor“ - Modalitäten als Bewegungsraum erörtert werden, sowie die gesundheitsspezifischen psychischen und physischen Effekte einer naturräumlichen Umgebung und die sich daraus ableitenden methodisch – didaktischen Inhalte.

Im praktischen Teil werden zielgruppenorientierte Konzepte mit verschiedenen Schwerpunkten durchgeführt, wie sie für Präventions- und Fitnessangebote in der Erwachsenenbildung geeignet sein können.

Das Seminar richtet sich an Multiplikatoren, die in der Natur aktiv sein wollen und setzt keine gesundheitsspezifischen oder pädagogischen Vorkenntnisse voraus.

Die Qualifizierung im Rahmen des Projektes „RegioAkademie“ in Trägerschaft des Bezirksverbands Pfalz wird gefördert aus Mitteln des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz.

Organisatorisches und Kosten:

Dozentin:	Gerlinde Pfirrmann, Sportlehrerin, Zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Pfälzerwald
Termin:	Sa, 10.10.2015 , 09:00-16:00 Uhr
Anmeldeschluss:	02.10.2015
Ort:	PfalzAkademie Lambrecht
Gebühr:	20,00 Euro

Information und Anmeldung:

RegioAkademie
Franz-Hartmann-Str. 9
67466 Lambrecht/Pfalz
Tel. 06325 1800-241/-242
Fax 06325 1800-26
E-Mail: regioakademie@pfalzakademie.bv-pfalz.de
www.regioakademie.de

Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unter www.regioakademie.de