

KRAFT- KONDITIONSTRAINING

1. Kraft-/Konditionstraining

Kursziel: Ganzkörpertraining, stärken, kräftigen, dehnen

Verein: Vorarlberger Versehrtensportverein

Kurszeitraum: ganzjährig, ausgenommen Schulferien

Kurszeit : Freitag 15:00-17:00

Kursort: Landessportzentrum Dornbirn

Kurskosten: keine

Zielgruppe: Erwachsene

Behinderungsgruppe(n): Amputierte, Cerebralparetiker, Blinde und Sehbehinderte, Rollstuhlfahrer

Zusatzinformationen: Kursort ist Barrierefrei.

Für jeden offen, wir freuen uns über jeden Jugendlichen und Erwachsenen!

Kontakt: bsv@bsv.or.at

Kursnummer:4

2. Kraft- und Leichtathletiktraining

Kursziel: allgemeine Körperausbildung, Teilnahme an Wettkämpfen und ÖSTM

Verein: Vorarlberger Blindensportclub

Kurszeitraum: ganzjährig

Kurszeit : Mittwoch 18:00-20:00

Kursort: Landessportzentrum Dornbirn /Stadion Birkenwiese

Kurskosten: keine

Zielgruppe: Erwachsene, Kinder und Jugendliche

Behinderungsgruppe(n): Blinde und Sehbehinderte

Zusatzinformationen: Kursort ist Barrierefrei. Im Sommer LA-Training, im Winter und bei Schlechtwetter Kraft-/Ausdauer

Kontakt: ritter.karlheinz@utanet.at

Kursnummer:2