

Fortbildung

## **B 6 Aktiv bleiben: Bewegung & Koordination**

Koordinative Fähigkeiten bilden die Grundlage jeder menschlichen Bewegung. Das Zentralnervensystem (ZNS) benötigt zum Erreichen von koordinativen Bewegungsabläufen Informationen aus dem Bewegungsapparat, den Rezeptoren. In dieser Fortbildung werden wir uns mit den koordinativen Fähigkeiten und den Rezeptoren beschäftigen. All dies natürlich verbunden mit der Bewegung – und Spaß!

- Koordinative Fähigkeiten und Bewegungsbeispiele
- Rezeptoren und Schulung der Sinne
- Stationstraining für die Verbesserung der Koordination

---

### **Zielgruppe**

Übungsleitende sowie Pflege- und Betreuungskräfte, die bereits Bewegungs- und Aktivierungseinheiten anbieten

---

### **Termin:**

04.07.2025 (Freitag)

---

### **Ort**

Hamburg

---

### **Dauer**

9.00 - 16.00 Uhr

---

### **Preis**

125,- Euro

---

### **Kursleitung**

Irene Buttler, DRK-Lehrbeauftragte Gymnastik/Bewegung bis ins Alter

---

### **Weitere Informationen**

Swantje Fuchs / Birgit Haß  
Tel.: 040-44 13 67