



VERBANDSTAG

des steirischen Landesfachverbandes für Karate

Termin: **Samstag, 28. November 2020**

Ort: **ASVÖ-Halle** (✉ Herrgottwiesgasse 260, 8055 Graz)



🕒 **9.30 bis 11.30 Uhr:**

Mobilitätsförderung / Dehnung

Dr.ⁱⁿ med. univ. Alena Aigelsreiter

- ▲ Fachärztin für Neurochirurgie in Graz
- ▲ ÖAK-Diplom in Akupunktur, Kurmedizin und Rehabilitation
- ▲ Ausbildung in tibetischer Medizin

▲ Laufende Kongress- und Seminartätigkeit zu den Themen „Dehnen/Kräftigen/Bewegen, Gesunde Wirbelsäule/Gesunde Gelenke und Muskelfunktionsdiagnostik“

▲ Autorin (gemeinsam mit ihrem Vater Dr. Helmut Aigelsreiter): „Die 7 Aigelsreiter“, „Die 7 Gelenks-Aigelsreiter“

🕒 **12.00 bis 14.00 Uhr: Athletiktraining**

Erich Pils

▲ Masseur und Heilmasseur ▲ Sportlehrer und Ausbildungskoordinator an BORG und HAS St. Pölten für Leistungssportler ▲ Kursleiter am Wifi St. Pölten für Wellnesstrainer-, Fitnessbetreuer- und Segmentmassagenausbildung ▲ mehrmaliger österr. Meister im Wasserspringen
▲ Autor: „Lehrbuch der Segmentmassage“



🕒 14.00 bis ca. 15.00 Uhr: **Versammlung der Vereinsvertreter**

🕒 Ab ca. 15.00 Uhr: **Danprüfungen und Prüfungen zum 1. Kyu**

Zielgruppe:

- Vereinsverantwortliche
- ÜbungsleiterInnen/Lehrwarte/InstruktorInnen/TrainerInnen
- Interessierte Karatekas

Trainingsbeitrag: € 30,00

Wir bitten um Meldung der Anzahl der TeilnehmerInnen pro Verein bis spätestens 18. November.

Vielen Dank.