

# Online-Training mit den Sportinklusionslotsen

In Zeiten von Corona möchten wir euch das Training nach Hause bringen und weiterhin für Euch da sein. In einer Gemeinschaft lässt es sich besser trainieren und der Spaß sowie die Kommunikation sollen bei uns auch nicht zu kurz kommen.

Der Kurs wird einfache Übungen enthalten, so dass jeder mitkommt. Ihr habt noch nie ein online Training gemacht? Ihr seid schon Profis? Ihr wollt euch zu cooler Musik bewegen?

**Ihr seid genau richtig und herzlich willkommen!**

Durchgeführt wird der Online Kurs mit der Video-Plattform Zoom. Die angemeldeten Teilnehmer\*innen erhalten bis spätestens einen Tag vor dem Kurs den Link zur Videokonferenz und die Erklärung des Ablaufs. Außerdem soll das Training auch wiederkehrend im 2 Wochen Rhythmus statt finden, dann aber wahrscheinlich unter der Woche.



© Canva.com

Wir freuen uns auf eine tolle Veranstaltung! Gern könnt ihr eure Freunde informieren und zum Mitmachen einladen!

Viele Grüße von Euren Lotsen Linda und Sabrina mit Team

**Datum:** Samstag, 20.03.2021 von 15.00 –16:00 Uhr

**Ablauf:** 15:00 –16:00 Uhr Training  
16:00 –17:00 Uhr Zeit für möglichen Austausch

**Verantwortlich:** Landessportbund Rheinland-Pfalz

**Ansprechperson:** Linda Becker 01575568171 / l.becker@silo.lsbripl.de

**Teilnehmerzahl:** unbegrenzt

**Teilnahmegebühr:** kostenlos

**Materialien:** Computer oder Smartphone mit Kamera und Mikrofon;  
Platz zum Tanzen und Bewegen, bequeme Kleidung, Getränk

In Kooperation mit:



Förderer:

