

Einladung zur Fortbildungsveranstaltung

Stärkung der Lehrgesundheit durch Golfspielen

Termin: Montag, 13. Juni 2022, 16:30 Uhr – ca. 20:00 Uhr

Ort: Erster Golfclub Westpfalz, Hitscherhof 1,
6509 Rieschweiler-Mühlbach

Leitung: Frank Fremgen, Klaus Veith

Angesichts der bekannten Auswirkungen von COVID-19 auf unsere Gesellschaft in den letzten beiden Jahren rückte das Golfspielen als gesundheitsfördernde Sportart im Freien stärker als bisher in den Fokus.

Durch die Sportausübung in Kleinstgruppen oder alleine war das Golfspielen in Pandemiezeiten mit nur geringen Einschränkungen möglich. Die Golfverbände berichten von deutlich steigenden Mitgliederzahlen in allen Altersklassen.

Golf hat sich längst von einer elitären und kostspieligen Tätigkeit alter Herren zu einem ausgesprochen gesunden Sport für jedermann gemausert. Das Spiel beansprucht über 100 Muskeln, bringt den Kreislauf in Schwung und erfordert eine ganze Menge Konzentration.

Durch den Aufenthalt im Naturraum (Ruhe, Wasser, Biodiversität) eignet sich das Golfspielen hervorragend zum Reduzieren von berufsbedingtem Stress. Es ist nachgewiesen, dass Golfspielen zur Vorbeugung und Behandlung von chronischen Krankheiten (Diabetes, Herzinfarkt, Schlaganfall, Brust- und Darmkrebs, Depression und Demenz, u.a.) beitragen kann.

Alles in allem kann Golf von Menschen aller Altersgruppen und Fähigkeiten gespielt werden, auch von Menschen mit Behinderung.

Golf ist ein Sport, der gemeinsam, unabhängig vom Leistungsstand, ausgeübt werden kann und bietet sich demnach als die ideale Familiensportart an.

„Man muss sich nicht in einem Fitnessstudio einschließen, um die Vorteile der körperlichen Bewegung zu spüren. Zusätzlich zur entspannenden und konzentrationsfördernden Wirkung werden beim Spielen über 100 Muskeln aktiviert und pro Runde ca. 1200 kcal verbraucht.“

der Vorsitzende

Frank Fremgen

Kettrichhofstraße 26 a
66955 Pirmasens

[Tel:06331-450171](tel:06331-450171) [Fax:-141348](tel:-141348)
frank.fremgen@gew-rlp.de

Michaela Lohel

Am Ohligberg 19
66424 Homburg

[Tel:06848-6483](tel:06848-6483)
michaela.lohel@gew-rlp.de

die Stellvertreter_in

Gregor Simon

Schweizer Ring 6
66482 Zweibrücken

[Tel:06337-8944](tel:06337-8944)
gregor.simon@gew-rlp.de

Christian Diehl

Nachtigallenweg 13
67550 Worms

[Tel:06242-901573](tel:06242-901573)
christian.diehl@gew-rlp.de

Referenten und Programm:

Inga Nahtz, Katja Müller (Trainerinnen und Bundesligaspielerinnen):

Praxisvermittlung

Klaus Veith und andere:

Platzrundfahrt in Ecarts mit Erläuterungen zum Golfspiel

Sabine Merdian, Jugendwartin EGW

Golfspielen in der Schule

Information über Möglichkeiten der Integration in die Schule;
Finanzielle Unterstützung durch den Golfverband
(AGs, Projektstage, Schnupperkurse, Wandertage)

Kostenlose Platzreifekurse beim EGW, Schnuppermitgliedschaften, etc.

**Der Info-/Theorieteil mit Sabine Merdian findet im Restaurant des Clubhauses
im Rahmen eines Essens statt, zu dem wir Sie herzlich einladen.**

Sie bringen mit: Bequeme und ggf. wetterfeste Kleidung, Schuhe mit gutem Grip. Gute Laune.

Wir versorgen Sie mit: Spielmaterialien (Schläger, Bälle, Infomaterialien) Essen.

Teilnahmegebühr: GEW-Mitglieder: kostenlos
Nichtmitglieder: 30,00 €

Versuchen Sie es! Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Anmeldung bis spätestens 30. Mai 2020 nur per E-Mail an: klaus.veith@gmx.de

der Vorsitzende

Frank Fremgen

Kettrichhofstraße 26 a
66955 Pirmasens

[Tel:06331-450171](tel:06331-450171) [Fax:-141348](tel:-141348)
frank.fremgen@gew-rlp.de

Michaela Lohel

Am Ohligberg 19
66424 Homburg

[Tel:06848-6483](tel:06848-6483)
michaela.lohel@gew-rlp.de

die Stellvertreter_in

Gregor Simon

Schweizer Ring 6
66482 Zweibrücken

[Tel:06337-8944](tel:06337-8944)
gregor.simon@gew-rlp.de

Christian Diehl

Nachtigallenweg 13
67550 Worms

[Tel:06242-901573](tel:06242-901573)
christian.diehl@gew-rlp.de