

## Aquafitness trifft Ernährung

Lehrgangsnummer:	BFG 11/ 2025
Lerneinheiten:	8
Träger:	Hessischer Schwimm-Verband e.V.
Kosten:	50 €   Vereinsmitglied (eigener Landesschwimmverband) 75 €   Vereinsmitglied (externer Landesschwimmverband) 75 €   Ohne Vereinsmitgliedschaft / Externe
Anmeldeschluss:	01.11.2025, 18:00 Uhr
Stornofrist:	01.11.2025

### Termin

15.11.2025, 09:30 - 17:00 Uhr

Ort: Hallenbad Stadtallendorf  
Stadtallendorf

### Inhaltliche Schwerpunkte

Die beiden wichtigsten Bausteine für ein gesundes Altern sind ausreichende Bewegung und ausgewogene Ernährung. In dieser Veranstaltung bieten wir gleich beide Bausteine an. Wir stellen u.a. die Frage, ob die oft beworbenen Supplements überhaupt notwendig sind? Daneben gibt es natürlich auch wieder neue Ideen für den Baustein Bewegung.

### Hinweis

Für die Praxis sind Badebekleidung und Badeschuhe mitzubringen.

### Veranstalter

Hessischer Schwimm-Verband e.V.

Der Hessische Schwimm-Verband, gegründet am 08.12.1946, ist mit seinen rund 41.000 Mitgliedern der fünftgrößte Landesverband im Deutschen Schwimm-Verband. Ansässig ist er durch seine Geschäftsstelle mit hauptamtlichem Geschäftsführer in den Räumen des Landessportbundes in Frankfurt am Main.

Zu seinen Aufgaben gehört die Förderung des gesamten Schwimmsports (Schwimmen, Wasserspringen, Synchronschwimmen, Wasserball) sowohl im Leistungs- und Wettkampf-, als auch im Breiten-, Freizeit- und Gesundheitssport.

Durch Aus- und Fortbildungsmaßnahmen werden Trainer gezielt geschult und auch die Kooperation von Schule und Verein, mit Projekten wie „Jugend trainiert für Olympia“ etc., sowie die Förderung des Anfängerschwimmens durch das Projekt "Hessen-lernt-schwimmen" sind wichtige Bestandteile der Arbeit.