



## Der Faszien-Code – Genetik als Schlüssel für Beweglichkeit

Aha-Momente garantiert! Das Bindegewebe trägt die Handschrift der Genetik: Es bestimmt, wo unsere Stärken liegen, welche Schwachstellen wir haben und welche Herausforderungen damit einhergehen. Ein einfacher Selbsttest zeigt, wo du dich zwischen Hypo- und Hypermobilität einordnen kannst. Unterschiedliche Typen bedeuten dabei nicht automatisch unterschiedliche Übungen. Im praxisnahen Teil wirst du erleben, wie sich bei ein und derselben Intention automatisch typgerechte Anforderungen entwickeln. So entstehen Trainingseinheiten, die mal die Leichtigkeit von Elfen und mal die Kraft von Wikingern spürbar machen. Lerne, wie du Übungen individuell, effektiv und motivierend gestaltest – für jede Körperstruktur und jeden Bewegungstyp.

<b>Termin:</b>	<b>21. März 2026</b>	
<b>Zielgruppe:</b>	Übungsleiter*-, Trainer*innen	
<b>Voraussetzungen:</b>	Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-/ Trainer*in-Lizenz / gleichwertige sportfachliche Ausbildung auf Anfrage	
<b>Abschluss:</b>	Teilnahmebescheinigung	
<b>Verlängerung von:</b>	ÜL-Lizenz C + B / sowie zur Verlängerung eines entsprechenden DTB-Akademie Zertifikates anerkannt	
<b>Weiterbildungsumfang:</b>	8 Lerneinheiten (0,2 ECTS)	
<b>Referent/in</b>	DTB Referentin Heike Oellerich	
<b>Ort:</b>	36396 Steinau an der Straße / Halle am Schloss / Schlossstraße 22	
<b>Teilnahmegebühr:</b>	125,- € regulärer Preis	95,- € GYMCARD-Preis
<b>inkl. Lehrmaterial (Buch):</b>	140,- € regulärer Preis	110,- € GYMCARD-Preis
	ohne Verpflegung, Bestellung möglich / ohne Übernachtung, auf Anfrage möglich	
<b>Anmelden bis:</b>	21.02.2026	
<b>Information:</b>	DTB-AKADEMIE HESSEN DTB-Akademie-Team Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt am Main Tel.: 069 / 678 01-189/134 / Fax: 069 / 678 01-179 E-Mail: <a href="mailto:dtb-akademie@dtb-online.de">dtb-akademie@dtb-online.de</a>	
<b>Anmeldung &amp; Information</b>	über die Homepage des TG-Kinzig <a href="https://www.tg-kinzig.de/ausbildung-und-fortbildung/">https://www.tg-kinzig.de/ausbildung-und-fortbildung/</a>	
oder direkt über das / die		
<b>DTB-Gymnet:</b>	<a href="https://events.dtb-gymnet.de/index.php?q=eventdetails&amp;evsuEventID=106926">https://events.dtb-gymnet.de/index.php?q=eventdetails&amp;evsuEventID=106926</a>	
<b>DTB-Akademie:</b>	<a href="https://www.dtb-akademie.de/dtb/gesundheit/ausbildungen-gesundheitssport/dtb-kursleiter-faszio-training">https://www.dtb-akademie.de/dtb/gesundheit/ausbildungen-gesundheitssport/dtb-kursleiter-faszio-training</a>	
<b>Informationen:</b>	Ursula Steinau, Ahornweg 27, 36381 Schlüchtern	
<b>vor Ort:</b>	Tel.: 06661 6871 / E-Mail: <a href="mailto:tg-kinzig.usteinau@gmx.de">tg-kinzig.usteinau@gmx.de</a> (nur Info - keine Anmeldung)	