

Musizieren ist Leidenschaft und Hobby. Kann Fitness dabei eine Rolle spielen? Die Verbindung zwischen körperlicher und mentaler Fitness sowie Musizieren ist subtil, aber sie kann sich als äußerst nützlich erweisen, um das Musikerlebnis zu optimieren und dabei zu helfen, die Anforderungen des Musizierens besser zu bewältigen. Ein weiterer Aspekt sind die Potentiale im Generationenmanagement.

Wir laden daher zu folgendem Workshop ein:

FIT ZUM MUSIZIEREN

20.1.2024

Ziele, Inhalte:

Impulse, Mehrwerte und besseres Verständnis für drei Aspekte der Fitness im Musikverein:

- Körperlich fit zum Musizieren
- Psychisch fit zum Musizieren
- Fit mit unterschiedlichen Generationen

Methodik: Impulsvorträge, Diskussionen bzw. Übungen zum Mitmachen und für daheim

Ort: 2454 Trautmannsdorf/Leitha, Mehrzweckhalle (Hauptstraße 42, neben Volksschule)

Zeit: 20.1.2024, Beginn 8:30 Uhr, Ende ca. 16:30 Uhr

Trainer:

Florian Lidl, MSc Jahrgang 1989, arbeitet im international tätigen Familienunternehmen gemeinsam mit seinem Vater und seinem Bruder. Der Fokus liegt auf Seminare, Trainings, Coaching, Moderation und Vorträgen zu den Themen Life Balance & Gesundheit, Verkauf, Mitarbeiter- und Team-Entwicklung, Führung sowie Unternehmensentwicklung. Lidl hat selbst Schlagzeug gespielt, seine Mutter ist Mitglied der Stadtkapelle Gleisdorf.

TOP TRAINING[®]
IHR SEMINARPARTNER

Zielgruppe: ALLE Musikkolleginnen und Musikkollegen der BAG, **MINDESTENS 35 Teilnehmer** !

Kurskosten: EUR 90,00 je Teilnehmer:in, inkl. Getränke, Jause und (gesundem) Mittagessen

SCAN ME



Anmeldung: bis spätestens **31.12.2023** über [LINK](#) und

Überweisung der Kurskosten auf das BAG-Konto AT94 3282 3000 0301 1558

(Link-Adresse: <https://www.termino.gv.at/meet/b/8dab2ac6c9494afbdeadbaab87bb2bce-276319>)