

## ÜBUNGSLEITER/INNEN (M/W/D)

Du bist offen, kommunikativ und hast Spaß am sportlichen Umgang mit Erwachsenen? Du motivierst andere Menschen gerne zum Sport? Du hast Kenntnisse im Groupfitnessbereich? Idealerweise hast du Erfahrungen in der Leitung von Gruppen und verfügst sogar über eine Übungsleiterlizenz.

Für folgenden Kurs suchen wir **ab April** eine neue Übungsleitung:

- **Yoga**, dienstags von 17:00-18:00 Uhr, 18:10-19:10 Uhr, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr und 19:35 bis 20:35 Uhr.
- **Powergymnastik**, dienstags von 20:30-21:30 Uhr. Der Kurs zielt auf eine Verbesserung von Ausdauer, Koordination und Herz-Kreislauf-Leistung, Kräftigung des gesamten Körpers.
- **Ganzkörpertraining** nach Feierabend, mittwochs von 17:00 bis 18:00 Uhr. Verschiedene Übungsvariationen und eine hohe Intensität sorgen für ein abwechslungsreiches Training. Die Anwendung von verschiedenen Trainingsformen (z.B. Intervalltraining) und der Einsatz von Hilfsgeräten (Kurzhandeln, etc.) sorgen für eine Steigerung der Ausdauer und Muskelkraft.
- **Pilates** an verschiedenen Wochentagen.

### DU HAST LUST UNS ZU UNTERSTÜTZEN?

Dann reich uns bitte deine Bewerbung (Lebenslauf, Foto und Nachweise von Qualifikationen) per E-Mail ein:

[info@asc-paderborn.de](mailto:info@asc-paderborn.de)

Ahorn Sport- und Freizeit-Club Paderborn e.V.

Ahornallee 20

33106 Paderborn