

Mitteilung für den Arbeitgeber über die Teilnahme an einer Bildungsmaßnahme nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (§ 5 Abs. 1 AWbG)

Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.

Die VHS Rhein-Erft ist nach DIN EN ISO 9001 2015 zertifiziert und von der Bezirksregierung Köln als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach § 10 ff AWbG anerkannt.

Ich,

Vorname, Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

teile Ihnen mit, dass ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung der Volkshochschule Rhein-Erft teilzunehmen:

Muskelkraft und Arbeitsfähigkeit – funktionelles Krafttraining für Beruf und Alltag (262-4523)

Zeitraum: vom 07.09.2026 bis zum 11.09.2026

Kursdauer: 5 Termine

Unterrichtseinheiten: 33,33 (à 45 min)

Kursort: 50354 Hürth, Ahl Schull, Bachstr. 97

Weitere Informationen:

Im Bildungsurlaub erfahren Sie, wie gezieltes Krafttraining Ihre Leistungsfähigkeit, Körperhaltung und Belastbarkeit im Berufsalltag verbessern kann. Sie erhalten eine verständliche Einführung in grundlegende Trainingsprinzipien, den altersbedingten Muskelabbau sowie sichere Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und mit Hanteln.

In Theorie- und Praxiseinheiten entwickeln Sie einfache Trainingsroutinen, die sich gut in den beruflichen und privaten Alltag integrieren lassen.

Ort, Datum

Unterschrift