

# SpOKs

- Sportorientierte
- Kompaktschulung
- für Menschen mit
- Multipler Sklerose

Für alle Menschen mit Multiple Sklerose, die mehr über Sport und Bewegung erfahren möchten, findet dieses Jahr wieder die virtuelle SpOKs (Sportorientierte Kompaktschulung) statt. Eingeladen zur Online-Veranstaltung sind sowohl Sportlerfahrene als auch Sportunerfahrene, Motivierte und diejenigen, die Motivation brauchen! Die Schulung ist ein Wechsel aus theoretischen und praktischen Einheiten mit genügend Pausen zwischendurch. Beide Workshop-Wochenenden bauen inhaltlich aufeinander auf, daher empfehlen wir natürlich die Teilnahme an beiden Terminen! Wenn du Fragen zu den Teilnahmevoraussetzungen hast, dann melde dich vorab per E-Mail an [trainer@spoks-ms.de](mailto:trainer@spoks-ms.de)

**SpoKs I:** Freitag, der 8. April 2022 15:30 – 18:30 Uhr  
Samstag, der 9. April 2022 10:00 – 17:00 Uhr

**SpoKs II:** Freitag, der 29. April 2022 15:30 – 18:30 Uhr  
Samstag, der 30. April 2022 10:00 – 17:00 Uhr

**SpoKs-Leitung:** Dr. phil. Stephanie Woschek

**Kosten:** 20 €/DMSG-Mitglied und 40 €/Nicht-Mitglied

**dmsg**

- Deutsche
- Multiple Sklerose
- Gesellschaft
- Bundesverband e.V.



Anmeldung per Mail an [trainer@spoks-ms.de](mailto:trainer@spoks-ms.de)  
Weitere Informationen unter [www.spoks-ms.de](http://www.spoks-ms.de)