

Wirbelsäule im Fokus - Brust- und Lendenwirbelsäule

1 tägig

Prasenzausbildung

Die Brust- und Lendenwirbelsäule ist häufig Ursache für Beschwerden.

Eine intelligent aufgebaute Wirbelsäulengymnastik kann diesen Beschwerden hervorragend vorbeugen bzw. diese mildern.

In diesem sehr Praxis-lastigem Workshop werden in fließenden und logisch aufgebauten Stundenbildern Lösungen angeboten, die sofort umgesetzt werden können. Der kurzweilige Theorieteil fasst die häufigsten Beschwerde- und Schadensbilder zusammen.

Alle Übungen werden für verschiedene Leistungsgruppen aufgebaut, analysiert und nachbearbeitet.

Ein umfangreiches Skriptum begleitet durch den Tag!

Voraussetzungen

Grundkenntnisse der Anatomie/Physiologie, Erfahrungen im Group Fitness-Bereich sind von Vorteil.

Fehlen diese Kenntnisse oder möchten Sie diese auf den aktuellen Wissensstand bringen?

Dann nutzen Sie unser Webseminar **S-Lizenz: Grundlagen Anatomie / Physiologie** um die nötigen Grundlagen zu erwerben oder aufzufrischen.

Beide Ausbildungen - Wirbelsäule im Fokus und S-Lizenz - sind auch als Paket buchbar. Der Gesamtpreis bei Paketbuchung reduziert sich um € 50,- netto.

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Skript und Zertifikat der Prasenzausbildung: € 185,- zzgl. MwSt.

Teilnahmegebühr bei Paketbuchung zusammen mit dem S-Lizenz Webseminar incl. Skript und Zertifikat: € 585,- zzgl. MwSt. (statt regulär € 635,- zzgl. MwSt.)

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.