

Rückengesundheit Kursleiter

Lizenzstufe C

Melanie Czarnicka

Lizenznummer: HFA-2023-K1174-1038

hat erfolgreich an der 30 Lerneinheiten umfassenden Ausbildung teilgenommen.

Inhalte: Evidenzlage und wissenschaftlicher Stand zur Rückengesundheit, Rückenschmerzen aus biopsychosozialer Sicht, psychologische Aspekte, Positivsuggestionen zur Förderung der Rückengesundheit, Gruppenteilung aus gesundheitsorientierter Sicht, Aspekte der Motivation und Gruppendynamik, kleine Spiele und freundliche Erwärmsübungen, Übungsprogramme zur Förderung der Kraftfähigkeit, Koordination sowie Beweglichkeit, Stundenaufbau und Kursgestaltung, praktisches Erleben ausgewählter Modalitätstunden, lehrpraktische Übung inkl. Auswertung

Die Lizenz kann innerhalb von 3 Jahren durch eine anerkannte Fortbildungsveranstaltung verlängert werden.
Gültig bis: 22.10.2026

Leipzig, den 22.10.2023

MFZ

MFZ Leipzig
Fortbildungszentrum
Leipzig

MFZ Leipzig

Tobias Benzin

Ausbilder


HEALTH & FITNESS Academy

