DA-NW-21-01

Nordic Walking Instructor | 20 FP

Mit dem erfolgreichen Abschluss in Praxis und Methodik haben die Nordic Walking Basic Instruktoren eine optimale Grundlage für das Erteilen von Nordic Walking Kursen für Einsteiger sowie deren Organisation.

Digitale Unterlagen, Stundenbilder, TN-Unterlagen werden ebenfalls bereitgestellt.

Lernziel:

- Erlernen der gesundheitsorientierten Nordic Walking Technik
- Demonstration der Nordic Walking Technik
- Korrekturmöglichkeiten
- Methodik/Didaktik beim Nordic Walking

Praxis:

- Verbessern und Vertiefen der Nordic Walking Technik
- Sport- und Koordinationstraining mit Technikvariationen
- Bewegungssehen mit Videoanalysen
- Aufwärm-, Stretching- und Kräftigungsprogramme
- Lehrverhalten – Methodik
- Zielgruppenorientiertes Training und Trainingsgestaltung

Theorie:

- Hintergründe Nordic Walking, Materialkunde
- Gesundheitsaspekte, Biomechanische Grundlagen der Technik
- Trainingsgestaltung und Trainingsplanung

Leitung	Katrin Wurster | Diplomsportlehrerin, Master of Science in Education, Sportmanagement, Northern Illinois University (USA), Entspannungstrainerin
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	22.04.2021
Ende	23.04.2021
Kurszeiten	Do. 22.04. bis Fr. 23.04., 09:00 - 18:00 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Masseure
Fortbildungspunkte	20