

Vitale Pause®-Coach | der Experte für bewegte Impulse im Arbeitsalltag | 15 FP

Themen des Kurses:

- Wissenschaftlicher Hintergrund: Bewegung und Gesundheit! Ihre Argumente in der Betrieblichen Gesundheitsförderung!
- Vitale Pause® im Arbeitsalltag – Einbindung in die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)
- Pädagogisch-psychologische Aspekte der Vitalen Pause: Die Qualitäten eines Vitale Pause® Coaches
- Das Vitale Pause®-Konzept: Genial einfach – einfach genial! 12 Einheiten komplett ausgearbeitet
- Worauf kommt's an? – Aktive Pausen praktisch gestalten
- Zielgruppenspezifische Übungen konzipieren
- Hintergründe und Umsetzung von Übungen zur: Neurofitness | Koordination – Stabilisation | Propriozeption | Kraft – Beweglichkeit | Mobilisation | Entspannung – Stoffwechsel, Gefäßtraining, Kraftausdauer

Leitung	Lehrteam Institut für Sport und Rehabilitation
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	11.06.2021
Ende	12.06.2021
Kurszeiten	Fr. 11.06., 14:00 - 19:00 Uhr Sa. 12.06., 14:00 - 19:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten
Fortbildungspunkte	15