

Fit ins Alter - Fit im Alter | Senioren-Sporttrainer | 15 FP

**Themen dieses Kurses:**

- Form und Funktion - das biologische Grundgesetz
- der Alterungsprozess
- physiologische Veränderungen im Alter
- Lebensqualität
- Herz-, Kreislauftraining, Koordination, Kraft und Dehnung im Alter
- Belastungsdosierung
- sensomotorisches Training, Sturzprophylaxe
- Entspannungstechniken
- Methodik, Didaktik, Stundenbilder
- Versicherung, Kalkulation, Abrechnung

Leitung	Michael FINDER Physiotherapeut, Lehrteam der AG Prävention im ZVK
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	17.09.2022
Ende	18.09.2022
Kurszeiten	Sa. 17.09., 09:00 - 18:00 Uhr So. 18.09., 09:00 - 13:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	15