LB-ZIF-22-01

Zirkel Fit | Präventives Bewegungskonzept für Gruppen | 15 FP

Zirkeltraining bedeutet ein vielseitiges Workout für den gesamten Köper bei hohen Trainingseffekten und wenig Zeitaufwand.

Ein funktionelles Zirkeltraining kann gleichzeitig Kraft, Ausdauer, Koordination, Stabilität und Beweglichkeit verbessern. Sie sind auf der Suche nach einem im Rahmen der Zertifizierung von der ZPP anerkannten Bewegungskonzept außerhalb der üblichen Angebote wie Rücken, Nordic Walking oder Entspannung – dann sind Sie in diesem Seminar genau richtig!

Das Zirkel Fit – Präventionskonzept ist an jedes Leistungsniveau anpassbar und fördert durch seine Varianten alle motorischen Grundeigenschaften sowie die Gesundheit Ihrer Teilnehmer. Diese Kursstunden versprechen nicht nur Abwechslung sondern auch jede Menge Spaß.

Freuen Sie sich auf eine sehr praxisorientierte Fortbildung mit viel Gelegenheit zum Ausprobieren sowie Erleben.

Themen des Kurses:

- Grundlagen der motorischen Grundeigenschaften
- Varianten und Merkmale des Kreistrainings
- Spezifische Übungen zur Förderung der Kraft, Koordination, Ausdauer & Beweglichkeit
- Einsatz von Kleingeräten
- Stundenaufbau und Kursorganisation
- komplettes Teilnehmer Handout inkl. anerkannte Kurskonzepte „Zirkel Fit “
- Konzepte zur Vermittlung von Effektwissen (inkl. fertiger Tafelbilder)
- Ausgewählte Modellstunden

Voraussetzung für die Anerkennung gemäß § 20 SGB V:
Anbieterqualifikation (Präventionsprinzip 1 – Bewegung) bis zum 30. Sept. 2020 laut Leitfaden Prävention:

- Sportwissenschaftler/in (Abschlüsse: Diplom, Staatsexamen, Magister, Master, Bachelor)
- Krankengymnast/in, Physiotherapeut/in
- Sport- und Gymnastiklehrer/in
- Ärztin/Arzt

Der Kurs wendet sich an Bewegungsfachkräfte mit einer bestehenden Kursleiterausbildung (wie Rückenschullehrer KddR, Trainer, Kursleiter für Breitensport, Aqua Trainer o.ä.), die für ihre Teilnehmer ein zertifiziertes Bewegungskonzept (§20 SGB V) suchen.

Leitung	Lehrteam der Health and Fitness Academy
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	21.09.2022
Ende	22.09.2022
Kurszeiten	Mi. 21.09., 12:00 - 19:15 Uhr Do. 22.09., 09:00 - 14:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	15