LB-FA-23-01

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	Lehrteam der AG Prävention Physio Deutschland
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	04.08.2023
Ende	05.08.2023
Kurszeiten	Fr. 04.08., 09:00 - 18:00 Uhr Sa. 05.08., 09:00 - 14:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	15