



Ausgebildete Entspannungspädagogen bzw. Entspannungstrainer verfügen über ein breites Spektrum an Entspannungs- und individuellen Beratungsmethoden. Sie vermitteln Techniken bei präventiven Maßnahmen, schulen in 1-zu-1-Situationen und geben Hilfe zur Selbsthilfe.

Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und zum Beispiel in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden.

#### Themen des Kurses:

Module der Ausbildung:

- „Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson“ (PMR) mit 32 Unterrichtsstunden
- „Autogenes Training“ (AT) mit 32 Unterrichtsstunden
- „Entspannungs-Therapie“ (EST) mit 15 Unterrichtsstunden

Diese drei Kurse können in beliebiger Reihenfolge belegt und einzeln gebucht werden.

Die Ausbildung schließt mit der **Prüfung zum Entspannungspädagogen / zur Entspannungspädagogin** ab.

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Leitung</b>            | Sabine Söllner   Entspannungspädagogin, Sport- und Gymnastiklehrerin    |
| <b>Kursgebühr</b>         | 0,00 € Prüfungsgebühr   |
| <b>Beginn</b>             | 27.10.2024  |
| <b>Ende</b>               | 27.10.2024  |
| <b>Kurszeiten</b>         | So. 27.10., 10:00 - 17:00 Uhr   |
| <b>Kursort</b>            | Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg                              |
| <b>Zielgruppe</b>         | Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Heilpraktiker, Sportwissenschaftler |
| <b>Fortbildungspunkte</b> |   |