DA-MO-24-01

movedo® | Das ganzheitliche Bewegungskonzept | FP

movedo® ist die Kombination aus 5 überzeugenden Bewegungsarten: Yoga, Qi Gong, Pilates, Rückentraining und Meridiandehnung zu einem ganzheitlichen Bewegungskonzept.

Durch die Originalübungen der verschiedenen Bewegungsarten werden die Mobilisation, Stabilisation, Kräftigung und Dehnung ausgewogen trainiert. Für die Stabilisation und Kräftigung gibt es **3 Level** – leicht, mittel, schwer. Dadurch kann (fast) jeder movedo® trainieren. Die Übungen werden ausschließlich mit dem eigenen Körpergewicht ausgeführt. Steigern Sie durch das erweiterte Repertoire Ihre Einsatzmöglichkeiten erheblich! Oder: erleben Sie die movedo®-Effekte für sich selbst – einen geschmeidigen Körper & einen entspannten Geist?!

Themen des Kurses:

- movedo®-RückenFit-12
- Übungen aus: Yoga, Pilates, Qigong, Rückentraining, Meridiandehnung
- 3 Schwierigkeitsgrade: Leicht+Mittel+Schwer
- Anwendung für verschiedene Zielgruppen (orthop., neuro, …)
- Ganzheitliches Rückentraining
- Bewegungsprinzipien für: Yoga, Pilates, …
- movedo® in Kursen/Einzelbehandlungen
- Theoretische Einführung in die 5 Bewegungsarten

Nutzen des Kurses:

- verschiedene Bewegungsarten (Originalübungen) ohne mehrjährige Ausbildungen
- leicht umzusetzende Übungsfolgen (ggf. für die Zielgruppe leicht anzupassen)
- zusammengestellt von Praktikern für Praktiker
- keine Geräte erforderlich
- Nutzung eines fertigen und geprüften (seit 2014 bei Endverbrauchern, Trainern, Therapeuten) Bewegungskonzeptes
- nutzen Sie das Interesse der Patienten / Kunden durch die vielfältigen Themen im Konzept
- immer mehr Patienten / Kunden suchen nachhaltige Bewegungs- und Entspannungsangebote

Extra:

movedo® und die *movedo®-Musik* unterliegen dem branchenüblichen Lizenzrecht. Die Freischaltung der Lizenzrechte ist gebührenpflichtig und in den meisten PLZ-Regionen noch mit exklusivem Gebietsschutz möglich. In den Lizenzrechten sind eine movedo®-CD und diverse Musik-Versionen kostenlos enthalten. Da die Musik von den GEMA-Gebühren befreit ist, darf sie in Kursen oder Einzelbehandlungen kostenlos genutzt werden.

Weitere Informationen zu movedo® mit Video finden Sie hier.

Leitung	Helko Brunkhorst | Sportwissenschaftler, Sporttherapeut , Qi Gong-Lehrer, Autor & Team
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	29.11.2024
Ende	30.11.2024
Kurszeiten	Fr. 29.11., 14:00 - 19:00 Uhr Sa. 30.11., 09:00 - 17:00 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten
Fortbildungspunkte	