DA-ST-26-01

Seniorentrainer | Fit ins Alter / Fit im Alter | 15 FP

Bei dieser Fortbildung handelt es sich um einen nach §20 SBG V anerkannten Kurs. Er ist inhaltlich und vom zeitlichen Umfang auf die Anforderungen der Kostenträger abgestimmt. Dennoch liegt die Entscheidung bei den Krankenkassen. Die Fortbildungen sind im Rahmen der Zertifizierung von der Zentralen Prüfstelle (ZPP) anerkannt.

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	scí Lehrteam
Kursgebühr	310,00 €
Beginn	10.10.2026
Ende	11.10.2026
Kurszeiten	Sa. 10.10., 10:00 - 18:00 Uhr So. 11.10., 09:00 - 13:00 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	15