

Modul 3 zum Diplom Rückentrainer der Sport Union Schweiz

SUS

- DATUM / ORT:** Sa. – So. 25. – 26. August 2012, Bilten
- ZEIT:** 09.00 – 17.00 Uhr
- ZIELGRUPPE:** der Kurs ist für Frauen und Männer, die eine fundierte Ausbildung im Bereich Rücken - Beckenboden - Bauch suchen
- INHALT:** Im dritten Modul wird der Schwerpunkt auf das Thema Bauch gesetzt. Anatomische Grundlagen. Rücken-und Beckenbodengerechte Bauch-Übungen. Zusammenspiel von Rücken, Beckenboden und Bauch. Kräftigen, dehnen, entspannen. Entspannung und Trance. Entspannungsanleitung. Gute Wörter für die Entspannung. Stimmbildung.
- LEITUNG:** Ursi, Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin „spin care“, dipl. Beckenbodentrainerin
- KOSTEN:** Einzelnes Modul für SUS-, Satus und SVKT-Mitglieder 320.-, für Nichtmitglieder 350.- Ganze Ausbildung (3 Module und Schlussprüfung) für SUS Mitglieder 890.- für Nichtmitglieder 990.-
- ANMELDUNG:** Bis 25.6.12 an die Sport Union Schweiz, Postfach 1947, 6021 E'brücke, 041 260 00 30 / technik@sportunionschweiz.ch
- BESONDERES:** Es muss vorgängig von jedem Teilnehmer das Anatomiebuch: "Autor: Jürgen Weineck / Titel: Sportanatomie 18. Auflage" gekauft und an den Kurs mitgebracht werden. Die ganze Ausbildung besteht aus 3 Modulen plus Schlussprüfung. Insgesamt 8 Tage. Nach bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmer ein Diplom.