

Ausschreibung



Titel	Spiralstabilisation Basis
VISTAWELL sport . health . movement	Zielgruppe: dipl. Rücken- und Pilatetrainer/innen Sport Union Schweiz
Inhalt	Der Grundgedanke dieser Methode ist, die Stabilisierung und Mobilisierung des Körpers zu erlangen, indem die spiralen Muskelketten gedehnt und gestärkt werden. Die gezielten Übungen nachhaltig angewendet, können Fehlhaltungen wie Skoliose, Rundrücken oder verstärkte Lendenlordose und die damit verbundenen muskulären Dysbalancen korrigiert werden. Der Fokus liegt auf den ersten sieben Basisübungen. Diese sind bereits eine fantastische Ergänzung, die jede Bewegungsstunde viel erfolgreicher und nachhaltiger macht, egal, ob in Einzel- oder Gruppenstunden. Diese Weiterbildung soll zudem als Plattform für Austausch und Networking dienen.
Datum, Zeit	05. November 2017 , von 9.00 bis 17.00
Ort	Gossau/SG
Leitung	Ursi Rhyner, dipl. Bewegungspädagogin BGB, dipl. Rückentrainerin „spine care“, dipl. Beckenbodentrainerin Bebo, dipl. Pilatetrainerin, dipl. APM- und WBA-Therapeutin
Zulassungsbedingungen	Nur für dipl. Rücken- und Pilatetrainer/innen Sport Union Schweiz Bei gleichwertiger Ausbildung: Auf Anfrage (s. Auskunft)
Kosten	Fr. 120.00 für Mitglieder Sport Union Schweiz und SVKT Fr. 220.00 für Nichtmitglieder
Organisator	Sport Union Schweiz
Anmeldestelle	Sport Union Schweiz Rüeggisingerstrasse 45 6020 Emmenbrücke anmeldung@sportunionschweiz.ch Tel. 041 262 13 25
Anmeldeschluss	05.10.2017
Auskunft	Sport Union Schweiz www.sportunionschweiz.ch anmeldung@sportunionschweiz.ch Tel. 041 262 13 25
Besonderes / Leistungen	ACHTUNG: Dies ist eine Wiederholung der Weiterbildung, die am 03.09.2016 in Emmenbrücke stattfand. Beschränkte Teilnehmerzahl! Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangsdatums berücksichtigt.