

Seniorengymnastik ÜbungsleiterInnen-Ausbildung S3 - Abschlusslehrgang

- Übungsreihen und Bewegungsfolgen nach Musik
 - Neue Übungen und Spiele mit und ohne Gerät kennen lernen
 - Alltagsmaterialien und weitere Geräte
 - Bodenübungen und Alternativen
 - Rückentipps/Stabilisation
 - Entspannung mit Älteren/Hochaltrigen
 - ATP
 - Vorstellung und Auswertung der Stundenbilder
 - Erfahrungsaustausch und kollegiale Beratung
-

Zielgruppe

TeilnehmerInnen aus den Grund- und Aufbaulehrgängen

Abschluss: Zertifikat KursleiterIn Seniorengymnastik

Termin

Mo.-Fr. 06.11. – 10.11.2023

Der Lehrgang ist in Hamburg, Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern und Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt.

Ort

Zentrum für Gesundheitsförderung der DRK-Schwesternschaft Hamburg-Altona,
Max-Brauer-Allee 133

Dauer

9.30 - 16.30 Uhr Die Ausbildung findet in 3 Lehrgängen statt und umfasst mit der Fortbildung „Kompetenztraining - Kommunikation“ 130 Unterrichtsstunden.

Preis

430,- €

Kursleitung

Swantje Fuchs, Lehrbeauftragte DRK-Seniorengymnastik