

Ganzheitliche/r Bewegungstrainer/in

(Modul Bewegungsmethoden (BM))

BEAUTY / WELLNESS



Für die Gesunderhaltung des Menschen sind nach vielen Wellness- und Gesundheitsmodellen vier wesentliche Bereiche zu nennen: Ernährung, Entspannung, Berührung und Bewegung. Körperlich-sportliche Aktivitäten gehören zu den zentralen Faktoren der Erhaltung sowie der Wiederherstellung der physischen und der psychosozialen Gesundheit.

In dieser Ausbildung zur/m ganzheitlichen Bewegungstrainer/In werden verschiedene Bewegungsmethoden aus westlichen und östlichen Kulturen in der Theorie und in der Praxis vermittelt.

Hauptfokus wird auf ganzheitliches Rückentraining mit 96 UStd. von 146 UStd. gelegt. Aber ein gesunder Rücken fängt schon bei den Füßen an, da diese die Basis unseres Körpers sind. Rückenprobleme sind eines der Hauptthemen in der heutigen Zeit mit viel sitzenden Positionen. Dies wird durch weitere wichtige Bewegungs- und Stress-bewältigungsmethoden ergänzt.

Wobei hier neben dem ganzheitlichen Rückentraining jeder Schulstandort seinen eigenen Schwerpunkt hinsichtlich der Methoden legt. Es wird Nordic Walking, Beckenbodentraining, Faszientraining, Yoga, Qigong, Seniorenfitness und vieles mehr angeboten.

Denn wer sich nicht bewegt, verklebt und verknöchert!

Tragen Sie mit dieser Ausbildung dazu bei, die Menschen in Bewegung zu bringen!

Diese Fortbildung befähigt Sie, selbstständig im Bereich des Bewegungstrainings zu arbeiten. Es bietet für jede/n therapeutisch Tätige/n ein wertvolles Werkzeug für die Praxis und den Alltag; ist aber auch für alle Entspannungs-, Trainer- und Präventionsberufe hervorragend geeignet.

Dozent/in Tristan Bechmann: Jg. 1981. Nach dem Abitur arbeitete er als Zeitsoldat im Sanitätsdienst als Sportausbilder. Während dieser Zeit bildete er sich zum A-Trainer Kraftsport (DOSB) weiter. Seit 2007 ist er aktiv als Trainer tätig, seit 2012 als selbständiger Personaltrainer und seit 2019 in einer ambulanten Reha-Klinik als Sportwissenschaftler. Als Dozent arbeitet er für verschiedene Fachverbände und Ausbildungseinrichtungen. Herr Bechmann arbeitet ganzheitlich und hat sich auf Koordinationstraining, Rehabilitation und auf die Verbindung zwischen Gehirn und Körper spezialisiert.

Dozent/in Barbara von den Driesch: Jg. 1971. ist Wellnessmanagerin und -trainerin, sowie Juristin (beide Staatsexamen). Sie arbeitet seit 2003 im Bereich Wellness & Gesundheit. Hier greifen alle Ausbildungen ineinander. Sie hat diverse Aus- und Fortbildungen in z. B. Tanz, Bodybliss®-Körperarbeit, Faszien-, Rücken- und Beckenbodentraining, Wasser-Shiatsu, Meditation, Wellnessmassagen, Ressourcenarbeit und körperorientierter Psychotherapie. Ab 2003 Produktmanagerin, seit 2004 Dozentin an den Deutschen Paracelsus Schulen. Seit 2005 Präsidentin des Fachverbandes Wellness, Beauty und Gesundheit e.V.. 2017-2018 zusätzlich Projektleiterin für den Bereich Gesundheitsförderung und Prävention der Gesundheitsregion plus am Gesundheitsamt Weilheim-Schongau.

Termine:

Sa. 26.07.2025

So. 27.07.2025

Sa. 02.08.2025

So. 03.08.2025

jew. 10:00-17:00 Uhr

Sa. 13.09.2025

So. 14.09.2025

Sa. 20.09.2025

jew. 10:00-18:00 Uhr

weitere Unterrichtstermine unter paracelsus.de

Preis:

2190,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Oberbürgermeister-
Dreifuß-Str. 1**

86153 Augsburg

Tel. 0821 - 349 95 56

Seminarnummer:

SSH89260725V

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

