Krokusstraße 8 A-4614 Marchtrenk
Tel.: 08161/4969-41 Fax: 08161/4969-42
info@euro-education.com

Sling Trainer - slings® precision

1tägig

Update Workshop
Zusätzlich zu unseren 3 Trainingskonzepten gibt es einen unverzichtbaren „Update-Tagesworkshop“ mit Chris Harvey. In dem Konzept slings® precision bekommen Sie zahlreiche Hilfestellungen, Tipps und fundierte Methodik rund um das Arbeiten an den Seilen. Insbesondere Personaltrainer, aber auch Fitnesstrainer die einen hohen Anspruch auf korrekte Übungsausführung legen, kommen hier auf ihre Kosten!
Ein „Muss“ für alle Schlingentrainer!

Voraussetzungen

Die Teilnahmevoraussetzungen entsprechen auch hier denen der slings® in rhythm Ausbildung.

Beschreibung

slings® precision vermittelt die wichtigsten Werkzeuge, um präzise Trainingsreize mit der Schlinge zu setzen, eine hervorragende Übungsqualität von den Teilnehmern einzufordern und Übungslevels so zu unterrichten, dass es Individualität innerhalb der Gruppe gibt. Chris zeigt auch, wie die Schlinge für unterschiedliche Schwerpunkte eingesetzt wird (Haltung/Stabilität, Kraftausdauer, Hypertrophie, Koordination) und schult den Blick des Trainers für den optimalen Zeitpunkt, die Trainingsintensität zu erhöhen.

Inhalt der Ausbildung:
- Übungsqualität: Fehlerquellen erkennen, Lösungsansätze für typische Fehlerbilder
- Intensitätssteuerung: effektives Level-System mit Zeitsteuerung
- Haltungs- & Stabilitätstraining mit der Schlinge
- Kraftausdauertraining mit der Schlinge
- Hypertrophietraining mit der Schlinge
- 3-dimensionales Training mit der Schlinge
- Übungsprogressionen entwickeln - wie führe ich meine Teilnehmer von der Basis bis zu den fortgeschrittenen Übungen
- Präzise Anweisungen
- Korrektur

Anmerkung

Die Schlingen hängen nicht mehr ausschließlich auf den Trainingsflächen sondern finden immer mehr Einzug in die Kursräume! Viele Fitnessstudios haben die Vorteile des Trainings an den Seilen erkannt und interessieren sich immer mehr für das Gruppenprogramm slings® concept.

Speziell für Studios haben wir das slings® Paket entwickelt. In diesem Paket sind Beratung zur Schlingenaufhängung, 10 Slings® und eine 2-tägige Inhouse Schulung inbegriffen. Das heißt:
Unser Team kommt in Ihr Studio und schult exklusiv das Trainerteam.

Kosten für Schlingen, Beratung zur Installation der Schlingen, Schulung des Personals:

10 Schlingen (à 115.- netto),
ausführliches Lehrmaterial,
2tägige Schulung für bis zu 10 Trainer
Festpreis pauschal Euro 2750.- netto.

Mehr- oder Mindermengen: 115,– Euro netto pro Schlinge
Die Pauschale enthält Anfahrt und Übernachtung innerhalb D/A/CH

Wer Interesse am slings® Paket hat kann sich jederzeit bei uns melden und sich persönlich beraten lassen.
Da das Interesse derzeit enorm hoch ist, bitten wir um eine rechtzeitige Meldung. Ganz kurzfristige Termine werden schwer zu realisieren sein.

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Skript und Zertifikat: € 175.- zzgl. 19% MwSt.

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.