

POWER SLASHING

1tägig

Die SLASHPIPE® ist ein transparentes, wassergefülltes Trainings- und Therapiegerät. Das „Chaosprinzip“-Wasser setzt unkontrollierbare, überraschende, permanent andersartige und dadurch hocheffiziente Trainingsreize. Eine absolute (Welt-)Neuheit auf dem Trainingsmarkt. Koordination, Sensomotorik, Kraft – das SLASHPIPE® Training führt zu einem ausgeglichenen Kraftpotential der Muskulatur und einem feinmotorischen Körperbewusstsein. Die SLASHPIPE® findet den Weg über den variantenreichen Einsatz zum zielgruppen-angepassten Training.

Voraussetzungen

Dieser Kurs ist geeignet für Personal Trainer, Trainer im Functional-, Fitness- und Leistungstraining. Ebenso für GroupFitnessTrainer, die gezielt ein innovatives Trainingsgerät in ihren anspruchsvollen Workoutprogrammen einsetzen wollen.

Beschreibung

Die SLASHPIPE® führt durch ein harmonisch zusammengestelltes, mit rhythmischen Klängen der Musik unterstütztes Gruppentraining. Im Vordergrund steht das Stabilisationstraining, die Koordination und die Muskelkraft nach dem Multijoint-Prinzip.

THE POWER OF WATER - zentriert, stabilisiert, formt und bringt Spannkraft den Haltungsapparat.

Ein ideales Trainingsgerät für alle Rücken- oder Workout-Stunden.

Inhalte:

- * Einführung in das Thema (Idee und Bedeutung des Trainings)
- * Handling und sicherer Umgang mit der Slashpipe®- Grundlagen und Möglichkeiten des Slashpipe® - Trainings
- * Vorstellung und Besprechung eines Übungskataloges
- * Modelleinheiten – MODERN SLASHING

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Skript und Zertifikat: € 150.- zzgl. der im jeweiligen Land gültigen MwSt.

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.