

## **Bewegter Rücken - Flows**

1tägig

### **Voraussetzungen**

Voraussetzung für die Teilnahme sind Grundkenntnisse der Anatomie und Trainingslehre und der Umgang und Einsatz von Musik im Unterricht.

Wir möchten mit dieser Ausbildung auch bereits rückengeschulte Trainer abholen und sie mit Neuigkeiten konfrontieren.

Ideal wäre ein vorab absolvierter Basis-Kurs BEWEGTER RÜCKEN.

### **Beschreibung**

Dieser Kurs richtet sich an vornehmlich an die Trainer, die den Basiskurs absolvierten und auf der Suche nach neuen Ideen, neuen Bewegungsflows für ihren Unterricht sind.

Wir schenken diesen Fortbildungstag der Praxis.

Inhalte:

- 1 Modellstunde BEWEGTER RÜCKEN
- Vorstellen diverser Bewegungsflows mit ausführlicher Nachbesprechung, um die Trainingsinhalte und Trainingsziele der Einzelbewegungen zu verstehen
- Techniktraining
- Übungsphasen zur Flow-Routine

### **Kosten**

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

### **Termin(e)**

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.