

Entspannungstrainer/in

| | |
|-------------------------|------------------------|
| Titel | Entspannungstrainer/in |
| Zulassungsnummer | 7223011 |

Veranstalter

| | |
|------------------------|--|
| Adresse: | ILS-Institut für Lernsysteme GmbH Doberaner Weg 20 22143 Hamburg |
| Telefonnr.: | +49 40 67570-0 |
| E-Mail-Adresse: | kursinfo@ils.de |
| Webseite: | https://www.ils.de |

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten in verschiedenen Entspannungsverfahren für das Training mit Einzelpersonen und Gruppen

Inhalte

| | |
|---|---|
| Lehrgangsinhalte: | Einführung in das Entspannungs-Training: Berufsbild, Physiologie von Stress und Entspannung - Entspannungstechniken in Theorie und Praxis: u. a. Ganzkörperwahrnehmung, Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Fantasiereisen, Entspannungselemente aus Yoga, Qi Gong - Stimm- und Sprechtraining - Entspannungs-Training für Kinder und Jugendliche - Achtsamkeit - Methodik und Didaktik des Entspannungs-Trainings - Selbständig als Entspannungstrainer/in: Konzept, Marketing und Akquise |
| Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind: | 11 Lehrbriefe, Videos, Audios, Begleitheft |

Abschluss

| | |
|-----------------------------|---------------|
| Abschluss: | keine Prüfung |
| Art des Abschlusses: | keine Prüfung |

Voraussetzungen

| | |
|----------------------------------|--|
| Teilnahmevoraussetzungen: | Eigenerfahrungen mit mindestens einem Entspannungsverfahren, möglichst auch Ausbildung in medizinisch-therapeutischen oder lehrendem-beratenden Beruf (z. B. Ärzte/Ärztinnen, Physiotherapeut/innen, Pädagog/innen, Fitnesstrainer/innen, Gesundheitsberater/innen); techn. Voraussetzung: Multimedia PC |
| Prüfungsvoraussetzungen: | entfällt |

Kosten

| | |
|--|------------|
| Teilnahmekosten (Gesamtkosten): | 2.220,00 € |
| Lehrgangskosten: | 2.220,00 € |
| Kosten für (externe) Prüfungen: | 0,00 € |
| Anzahl der Raten: | 12 |
| Höhe der Raten: | 185,00 € |

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

Zeitraumen

| | |
|---|-----------------------|
| Gesamtdauer in Monaten: | 12.00 |
| Gesamtdauer in Stunden: | 528 |
| Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden: | 10.00 |
| Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten): | 16 |
| Präsenzunterricht: | Ein 2-tägiges Seminar |