Entspannungstrainer/in

Titel	Entspannungstrainer/in
Zulassungsnummer	7223111

Veranstalter

Adresse:	Fernakademie für Erwachsenenbildung GmbH Doberaner Weg 22 22143 Hamburg
Telnr:	+49 40 67780-78
E-Mail-Adresse:	kursinfo@fernakademie-klett.de
Webseite:	https://fernakademie-klett.de

Lehrgangsziel

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

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Einführung in das Entspannunstraining: 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 - Entspannungstraining für Kinder und Jugendliche - Achtsamkeit - Methodik und Didaktik des Entspannungstrainings - Selbständig als Entspannungstrainer/in: Konzept, Marketing und Akquise
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	11 Lehrbriefe, Video, Audios, Begleitheft

Abschluss

Abschluss:	keine Prüfung
Art des Abschlusses:	keine Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Eigenerfahrungen mit mindestens einem Entspannungsverfahren, möglichst auch Ausbildung in medizinisch-therapeutischem oder lehrenden-beratendem Beruf (z. B. Ärzte/Ärztinnen, Physiotherapeuten/innen, Pädagogen/innen, Fitnesstrainer/innen, Gesundheitsberater/innen); technische Voraussetzung: Multimedia PC
Prüfungsvoraussetzungen:	entfällt

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	2.148,00 €
Lehrgangskosten:	2.148,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	179,00 €

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

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	12.00
Gesamtdauer in Stunden:	528 Std. (704 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	10.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	16
Präsenzunterricht:	Ein 2-tägiges Seminar