

# Entspannungstrainer/in

<b>Titel</b>	Entspannungstrainer/in
<b>Zulassungsnummer</b>	7318917

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	fitmedi Akademie Inh. Frau Nikolina Salvaggio Carl-Legien-Straße 15 63073 Offenbach am Main
<b>Telnr:</b>	+49 (069) 380 795 435
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@fitmedi-akademie.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.fitmedi-akademie.de">https://www.fitmedi-akademie.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Grundlagenkenntnissen über Entspannung und Entspannungsverfahren

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Einstieg und Überblick Entspannung - Progressive Muskelentspannung - Autogenes Training - Intergrative Entspannung - Entspannungsunterricht und die Trainer-/Lehrkompetenz
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:</b>	Digitale Online-Lehrbriefe, 3 Audio-Alben als mp3 zum Download und weitere Lernmaterialien auf der digitalen Online-Lernplattform

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	institutsinterne Prüfung zum Erwerb des Zertifikates "Entspannungstrainer/in" (für Teilnehmende mit pädagogischer Vorbildung) bzw. "Entspannungstraining" (für Teilnehmende ohne pädagogische Vorbildung)
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	technische Voraussetzung: PC mit Internet-Zugang sowie für die Teilnahme an den Live-Online-Seminaren ein Headset mit Mikrofon
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung und ggf. Teilnahme an den Live-Online-Seminaren

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	990,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	990,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	6
<b>Höhe der Raten:</b>	165,00 €

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

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	7.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	367
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	12.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	8
<b>Präsenzunterricht:</b>	Teilnehmende ohne Nachweis einer pädagogischen Vorbildung können das Zertifikat "Entspannungstrainer/in" erwerben, wenn sie erfolgreich an zwei 180-minütigen Live-Online-Seminaren teilnehmen.