Flexibility Basic Trainer (m/w/d)

Titel	Flexibility Basic Trainer (m/w/d)
Zulassungsnummer	7420522

Veranstalter

Adresse:	Yoga and Pole Art Academy Zum Wingert 10 53783 Eitorf
Telnr:	+49 15738925807
E-Mail-Adresse:	https://www.yogaandpoleartacademy.de/
Webseite:	https://www.yogaandpoleartbyselina.com

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten um Yoga- und Stretchingkurse gestalten und unterrichten zu können

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Allgemeine Themen im Beweglichkeitstraining und Dehnmethoden - Muskel-Anatomie, Wirbelsäule, Typische Beweglichkeitsdefizite - Grundlagen im Yoga - Allgemeine Kursaufbau einer Yoga Einsteiger und Stretching Stunde - Warm Up 1 & 2 Übungen, Stretching Übungen und Cool Down sowie Mobilisation, Sonnengrüße, Yoga Flows und Meditation - Aufbau einer korrekten Stretching Übungserklärung & Rundensystem im Yoga - Fehler erkennen und Ausbessern
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	1 Lernskript

Abschluss

Abschluss:	Institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 18 Jahre; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang, Anwenderkenntnisse zur Nutzung von ZOOM-Meetings
Prüfungsvoraussetzungen:	Teilnahme an allen verpflichtenden Online-Liveveranstaltungen (insgesamt 12), Durchführung aller Lernerfolgskontrollen, Hospitationsnachweis von 10 Yoga und/oder Stretching Stunden in einem Studio, Teilnahme an der Präsenzveranstaltung (zwei Tage)

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	999,00 €
Lehrgangskosten:	999,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Kosten für diese erforderlichen Arbeitsmaterialien:	10,00 €
Anzahl der Raten:	3
Höhe der Raten:	333,00 €

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:	3.00
Gesamtdauer in Stunden:	107 Std. (143 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	6.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	40

Präsenzunterricht:	2 Tage Präsenzunterricht (18 U.Std.) und 12-14 Online-Seminare (mindestens 22 U.Std.)

Zusätzliche Informationen

Lehrgangskosten: Die Raten sind wie folgt zu zahlen: 1. Rate 450,00 EUR, 2. und 3. Rate je 274,50 EUR - Bei einer Wiederholung der Prüfung fallen Prüfungskosten in Höhe von 100,00 EURO an.