Wellness

Titel	Wellness
Zulassungsnummer	7423822

Veranstalter

Adresse:	Laudius GmbH Venloer Straße 87 47638 Straelen
Telnr:	+49 2834 94302-0
E-Mail-Adresse:	info@laudius.de
Webseite:	https://www.laudius.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von grundlegenden Kenntnissen über die Wirkungsmechanismen der Entspannung, verschiedenen Wellnessanwendungen, Wellnesstherapien und der Gestaltung von Wellnesskonzepten

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Wie funktionieren Verdauung und Stoffwechsel? • Der Darm und seine Bedeutung für Gesundheit und Wohlbefinden • Ernährungslehre • Ernährungsformen und Diäten • Ernährungsbedingte Krankheiten • Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates, des Herz-Kreislauf- und des Atmungs-Systems • Ausdauer, Kraft, Koordination, Schnelligkeit, Beweglichkeit • Was ist Stress? • Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung • Weitere Entspannungstechniken wie Meditation, Yoga, Qigong, Feldenkrais, Alexander-Technik, Tai-Chi und meditatives Bogenschießen • Anatomie und Physiologie der Haut, Hauttypen • Beauty, Kosmetik und Naturkosmetik • Körperpflege • Sauna, Besonnung • Bäder und Wasser • Kneipp und Prießnitz, Wickel und Güsse • Verschiedene Bäderformen wie Cleopatrabad, Moorbad, Rasulbad und Farbbad • Aquajogging, Spa und Thalasso • Massagen • Anti-Aging • Aromatherapie • Naturheilverfahren und Wellness • Ayurveda und TCM • Farben und Klänge • Medical Wellness • Lebensenergie und Lebensfreude • Ernährungsformen und Diäten
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	48 Lernhefte, Selbstlernkontrollen, Abschlussarbeit

Abschluss

Abschluss:	institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; Mindestalter 18 Jahre; Technische Voraussetzungen: PC oder anderes Endgerät mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.704,00 €
Lehrgangskosten:	1.704,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	142,00 €

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:	619 Std. (825 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	12.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Nicht vorgesehen

Zusätzliche Informationen

Die Lehrgangskosten für die digitale Variante betragen 1.536,00 EUR, zahlbar in 12 Raten à 128,00 EUR.