Entspannungstrainer/in (B-Lizenz)

Titel	Entspannungstrainer/in (B-Lizenz)
Zulassungsnummer	7473724

Veranstalter

Adresse:	FlexyFit Plus GmbH Dietrichgasse 27/Top E/EG.2 1030 Wien
Telnr:	+43 1 997 27 38
E-Mail-Adresse:	serviceteam@flexyfitacademy.com
Webseite:	https://www.flexyfitacademy.com/at/sport

Lehrgangsziel

Vermittlung von Grundkenntnissen und Fertigkeiten aus dem Bereich Entspannungstraining für die eigene Anwendung oder zur Vorbereitung auf eine anschließende Weiterbildung mit dem Ziel Entspannungstrainer/in A-Lizenz

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Anatomie - Physiologie - Sportkompetenz - Betriebliche Gesundheitsförderung - kundenorientiertes Arbeiten - Trainingslehre - Grundlagen der Ernährung - Sportpsychologie und Kommunikation - Sportverletzung - Berufskunde und Recht - Überblick Entspannungsmethoden - Mentales- und autogenes Training - progressive Muskelrelaxation - Stresstheorie
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	4 Online-Module

Abschluss

Abschluss:	Institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	keine besonderen; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	990,00 €
Lehrgangskosten:	990,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	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.

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	6.00
Gesamtdauer in Stunden:	400 Std. (533 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	15.50
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Fakultative Präsenzphase zur Prüfungsvorbereitung, Näheres ist beim Institut zu erfragen