Senioren Yoga

Titel	Senioren Yoga
Zulassungsnummer	7617826

Veranstalter

Adresse:	Akademie für Sport und Gesundheit Dr. Bergmann GmbH Fritz-Reichle-Ring 16/1 78315 Radolfzell
Telnr:	+49 7732 - 987 92 0
E-Mail-Adresse:	info@akademie-sport-gesundheit.de
Webseite:	https://www.akademie-sport-gesundheit.de/

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten, Senioren Yoga anzuleiten

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Einführung, Yogaphilosophie & Altern, physiologische & psychologische Aspekte des Alterns, anatomische Grundlagen und Körperausrichtung (Alignment), typische Altersbeschwerden & Krankheitsbilder - Herausforderungen im Yoga, typische spezielle Yogaformen für Senioren, praktische Umsetzung & Kursgestaltung, Abschluss & Ausblick
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	Onlinelernplattform mit 1 Lehrbrief und Videos

Abschluss

Abschluss:	Institutsinternes Zertifikat

Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Abgeschlossene Yogalehr-Grundausbildung, die zur eigenverantwortlichen Anleitung von Yogagruppen befähigt und erste praktische Erfahrungen im Umgang mit Gruppen und in der Anleitung von Übungen und Kursstunden, sowie dem eigenständigen Aufbau einer Yogastunde, Beherrschung der klassischen Asanas sowie der fachgerechten Anleitung, Grundkenntnisse in Yoga durch eine eigene regelmäßige Praxis, Mindestalter 18 Jahre, Deutschkenntnisse auf mind. B2-Niveau; technische Voraussetzung: digitales Endgerät mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	549,00 €
Lehrgangskosten:	549,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	1
Höhe der Raten:	549,00 €

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:	77 Std. (103 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	6.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Ist nicht vorgesehen

Zusätzliche Informationen

Die Gesamtdauer des Lehrgangs beträgt 82 Stunden.