

Trainer B (m/w/d) - Achtsamkeit und Gesundheit

Titel	Trainer B (m/w/d) - Achtsamkeit und Gesundheit
Zulassungsnummer	7593326

Veranstalter

Adresse:	Akademie für Gesundheit, Persönlichkeit, Training Industriesstrasse 16 83607 Holzkirchen
TelNr:	+49 8024 301775
E-Mail-Adresse:	info@akademie-dr-rehmer.de
Webseite:	https://www.akademie-dr-rehmer.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine Trainertätigkeit im Bereich Achtsamkeit und Gesundheit

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Grundlagen Gesundheit und Gesundheitsverhalten - Grundlagen der Achtsamkeit (inkl. Neurobiologischer Grundlagen) - Achtsamkeit auf den Körper - Achtsamkeit auf die Gedanken - Achtsamkeit auf die Umwelt - Achtsamkeit auf die Gefühle - Achtsamkeit im sozialen Miteinander - Achtsamkeit im Alltag und im Leben (inkl. Selbstkongruenz, Ziele) - Achtsamkeit in Bezug auf Schmerz, Schlaf und digitale Medien - Trainertätigkeit und Praxis
Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:	12 Module, Lernplattform, Lehrbrief

Abschluss

Abschluss:	Institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Keine besonderen: Mindestens ein mittlerer Bildungsabschluss, eine abgeschlossene Berufsausbildung und ein Jahr Berufserfahrung, Selbstverpflichtung zur eigenen Achtsamkeitspraxis, Erfahrungen im Umgang mit Standardsoftware (Word, Excel, PowerPoint) und Internetanwendungen; technische Voraussetzungen: PC/ Laptop/ iPad mit Internetanschluss, Lautsprecher, Kopfhörer, E-Mail-Adresse
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.050,00 €
Lehrgangskosten:	1.050,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	1
Höhe der Raten:	1.050,00 €

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

Gesamtdauer in Monaten:	6.00
Gesamtdauer in Stunden:	104 Std. (139 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	3.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	36

Präsenzunterricht:	13 online-Seminare
---------------------------	--------------------