

0787 Entspannungstrainer

Voraussetzung zum Kursantritt sind der absolvierte Grundlehrgang und der Taijiquan und Qigong Trainer:in. Sie können nach diesem Lehrgang Ihre Kunden und Kundinnen mit einem breiten Werkzeugkoffer aus östlichen und westlichen Entspannungstechniken betreuen und ihnen zu mehr Stressresistenz, Gesundheit und Leistungsvermögen verhelfen.

Die Voraussetzung:

- Mindestalter von 18 Jahren
- Bereitschaft während des Kurses mitzutrainieren
- Grundlehrgang Gesundheit und Bewegung und Lehrgang Taijiquan und Qi Gong Trainer:in.

GESUNDHEITS- UND SPORTAKADEMIE

DIE WIFI-GESUNDHEITS- UND SPORTAKADEMIE

Einstiegsniveau	verbindliche Kursreihenfolge				
➤ keine speziellen Vorkenntnisse erforderlich	➤ Informationsveranstaltung Gesundheits- und Sportakademie – 0774K	➤ Grundlehrgang Gesundheits- und Sportakademie – 0775K	➤ Diplomierter:r Fitnesstrainer:in – 0776K	➤ Personal Fit- ness Trainer:in – 0777K	➤ Master Fitness Trainer:in – 0778K
			➤ Taijiquan und Qi Gong Trainer:in – 0783K	➤ Ent- spannungs- trainer:in – 0787K	➤ Prüfung WIFI- Gesundheits- und Sport- akademie – 0796K
			➤ Gesundheits- und Rückentrainer:in – 0788K		
			➤ Diplomierter Lauftrainer:in – 0793K		
			➤ Informations- veranstaltung Pilates-trainer:in – 0779K	➤ Ausbildung zum/zur Dipl. Pilates-trainer:in – 0780K	
			➤ Informations- veranstaltung Faszien-trainer:in – 0781K	➤ Lehrgang zum/zur Faszien-trainer:in – 0782K	
			➤ Diplomlehrgang Kindergesundheitstrainer:in – 0790K		

Detailinfos unter: wifi.at/ooe/GesundheitundSportakademie



Die Zielgruppe:

Der berufsbegleitende Lehrgang wendet sich an alle Personen, die

- im Bereich Sport, Fitness, Wellness professionell tätig sein wollen,
- sich als Entspannungstrainer:in selbständig machen möchten,
- selbst im Bereich Entspannung auf dem neuesten Wissensstand sein möchten

Die Lernziele:



Kursbuchung und weitere Details unter **0787** im WIFI-Kundenportal:
www.wifi.at/ooe

0787 Entspannungstrainer

Die Absolventen und Absolventinnen sind in der Lage ihre Kunden und Kundinnen im Einzel oder Gruppentraining individuell zu betreuen. Diese sind in der Lage Entspannungstechniken aus östlicher und westlicher Tradition professionell vermitteln zu können.

Die Inhalte:

- Stressmanagement
- Qi Gong Übungen für Fortgeschrittene zur Vermehrung des Qi
- Organisation und Durchführung von Entspannungstrainings

Der Abschluss:

Diplom Entspannungstrainer:in

Die Gesamtdauer Ausbildung:

15 TE

Der Lehrgangleiter:

Mag. Benedikt Egger,
Sportwissenschaftler, Kampfkunsttrainer, Taijiquan und Qi Gong Lehrer, Masseur



„Basierend auf dem Grundlehrgang „Gesundheit & Sport“ bieten wir an der WIFI-Gesundheits- und Sportakademie eine umfangreiche Palette an Ausbildungsmöglichkeiten an. Gemeinsam mit unserem erfahrenen Team aus Expertinnen und Experten der Sportwissenschaft, Physiotherapie, Ernährungsberatung sowie Trainerinnen und Trainern verschiedener Fitnessbereiche bereitet wir Sie auf Ihre Karriere im Fitnessbereich vor.“

Mag. Benedikt Egger
WIFI-Lehrgangleiter der WIFI-Gesundheits- und Sportakademie

Die Ausbildungsorte:

- Fitness am Eggergut, Ebnet 3, 5310 Tiefgraben/Mondseeberg, Tel.: 06644400119
e-Mail: info@fitness-eggergut.at, www.eggergut.at

Die Haftung:

Jede:r trägt die Verantwortung für sich und seine Handlungen innerhalb und außerhalb der Trainings selbst.



Kursbuchung und weitere Details unter **0787** im WIFI-Kundenportal:
www.wifi.at/ooe