



ZENbo® Qi Balance Training - Modul 1C3



Ausbildung zum ZENbo® Qi-Balance Trainer | ZENbo® Balance Trainer Senioren

ZENbo® Qi-Balance (Qigong) Trainer baut auf dem ZENbo® Balance Kurskonzept auf und bietet ein ganzheitliches Body & Mind Training, das sanft und fließend den Körper in Bewegung bringt. Menschen im fortgeschrittenen Alter und Personen mit Bewegungseinschränkungen können neue Möglichkeiten der Bewegungserfahrung machen. Jüngere Personen, die sanfte Bewegungsübungen machen möchten, können dies mit dem Fokus auf sanftes Qigong Balance.

Das ZENbo® Qi-Balance Training ist leicht durchzuführen, im Fokus steht bei diesem Aufbaumodul die Sanftheit durch Qigong. Es können Menschen mit verschiedener körperlicher Agilität zusammen trainieren. ZENbo® Qi-Balance bietet einen sanften Weg um Muskeln zu kräftigen, Beweglichkeit und Fitness zu erhalten sowie zu verbessern. Bewegung wirkt sich positiv auf die Gesundheit und die Lebensqualität aus und fördert das Selbstbewusstsein.

Zertifizierter ZENbo® Balance Trainer Senioren

ZENbo® Qi-Balance eignet sich auch bestens für Senioren, die sich selbst noch nicht zum alten Eisen zählen und gerne Neues erleben wollen. Daher ist das Lern- und Trainerskript auch entsprechend ausgerichtet und gibt zahlreiche Informationen darüber, wie man mit Senioren arbeiten kann.

Man kann Übungen auch im Sitzen durchführen und wer eine Pause aus dem Stand machen möchte, kann einen Stuhl dazu nehmen und dann, wenn es wieder geht, aufstehen und im Stand weitermachen. Die positive Wirkung auf Körper & Geist wird jeder wahrnehmen.

Sie möchten auch das Zertifikat „ZENbo® Balance Trainer Senioren“ erwerben?

Hierfür können Sie mit Hilfe des Blended-Learning-Konzepts auf der Online-Lernplattform nachfolgende Themen selbstständig erarbeiten und Einsendeaufgaben

durchführen. Nach der erfolgreichen Durchführung erhalten Sie dann Ihr Zertifikat.

- Bewegungsförderung im Alter
- Die positiven gesundheitlichen Effekte durch Bewegung
- Bewegung im Alter für mehr Sicherheit und Lebensqualität
- Hilfsmittel im Training für Senioren und der Einsatz im Kurs

Voraussetzungen

Das Absolvieren des Basicmoduls ZENbo® Balance Trainer Basic Modul 1C1 ist Voraussetzung, um das Aufbaumodul zum ZENbo® Qi-Balance Trainer zu belegen sowie eine Lizenzierung zu erhalten.

Diese Ausbildung hat Workshop-Charakter und bietet nicht den klassischen Frontalunterricht. Die gemeinsamen Übungseinheiten stehen im Fokus der Ausbildung.

.....
**Bitte lesen Sie mehr auf der Seite „Weshalb es für ZENbo® ein Lizenzsystem“ gibt“.
.....

Dauer

1 Tag, 10,5 UE / 8 Std.

Abschluss

Zertifikat „Lizenzierter**
ZENbo® Qi Balance Trainer“

Dauer mit Senioren

1 Tag, 10,5 UE / 8 Std. + Online
Selbstlernstudium

Abschluss

Zertifikat „Lizenzierter**
ZENbo® Balance Trainer für Senioren/
ZENbo® Qi Balance Trainer“

Aktuelle Termine unter
www.fitmedi-akademie.de