

FASZIEN IN BEWEGUNG Update 2022

Es um Applied Science - die Überführung der sportwissenschaftlichen Themen der Fasziensforschung in die Praxis.

Jedes Jahr werden neue Forschungsergebnisse publiziert. Einiges davon ist für die Bewegung und das Training relevant.

An diesem Tag werde ich aktuelle Studien vorstellen. Teilweise wird ein Überdenken, Anpassen, Verändern einiger Übungen oder Trainingskonzepte nötig sein. Wir tauschen uns aus, reflektieren, diskutieren - werden besser!

Dieser Fortbildungstag richtet sich an alle Faszien in Bewegung Master-Trainer, an alle Trainer die gute Grundkenntnisse über die Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie des faszialen Systems besitzen und Interesse daran haben sich aktuell zu halten und tiefer einzusteigen.

Es ist ein Tag im NEXT LEVEL!
Es ist das jährlich Update für Trainer im NEXT LEVEL!

Inhalte:

- Vorstellung aktueller Studien der Fasziensforschung
- Überführen der theoretischen Ergebnisse in die Praxis
- Modellstunden zu den erarbeiteten Inhalten

Zielgruppe:

Groupfitness Trainer, Fitness- und Athletik Trainer, Therapeuten im Gruppenunterricht
Yoga und Pilates Lehrer

Voraussetzung:

Faszien in Bewegung - Master Trainer oder vergleichbares.
Gute Grundkenntnisse - fasziales System.
Literaturkenntnis, Erfahrung im Arbeiten mit faszialen Strukturen.

Unterrichtseinheiten	10
Seminarzeiten	10:00 - 18:00 Uhr (kann je nach Ausbildungsort und -art abweichen)

Gebühr: 175,00 EUR zzgl. MwSt.