

Aufbaukurs "RückenYoga Trainer/in / Yoga für einen gesunden Rücken"

Inzwischen ist Yoga sowohl in der Therapie, als auch in der Prävention und der Betrieblichen Gesundheitsförderung angekommen. Dabei geht es neben Stressreduktion und einem gesunden Rücken auch um eine bewusste und achtsame Lebensführung. Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen die Wirksamkeit von Yogaübungen bei diversen Beschwerden und führen damit zu einem besseren Verständnis vom Zusammenspiel zwischen Körper, Geist und Seele. Somit zeichnet sich Yoga als eine wertvolle ergänzende Intervention in der Physiotherapie und im Kurssegment aus, die Selbstwirksamkeit fördert und dazu beiträgt, Rückenschmerzen gezielt vorzubeugen.

Wer den Basiskurs zum RückenYoga Trainer/in bereits absolviert und die ersten praktischen Erfahrung am Kunden oder Patienten gesammelt hat, bekommt jetzt die Möglichkeit, sein Wissen zu vertiefen und die Übungspraxis um folgende Themen zu erweitern:

- Weitere Körperhaltungen, Atemübungen und Gesten
- Dynamische Übungssequenzen für HWS, BWS und LWS
- Faszientraining im RückenYoga
- Meditationen in Bewegung
- Kleiner und großer Mondgruß

Zum Abschluss der gesamten Weiterbildung (bestehend aus dem Basis- und Aufbaukurs) erhalten die Teilnehmer ein RückenYoga Trainer/in - Zertifikat.



anerkanntes ZVK e.V./KddR Rückenschul-
Refresher-Seminar

Sem.-Nr.:	817/2020
Referent/in:	Monika A. Pohl, PT
Datum:	26. - 27.09.2020
Zeiten:	Sa 10.00 - 18.00 Uhr So 9.00 - 17.00 Uhr
UE/FP:	16 UE = 16 FP*
Ort:	Orth. Uniklinik Frankfurt Friedrichsheim
Gebühr:	Mitglieder: 210,00 Euro Nichtmitgl: 250,00 Euro
Anmeldung:	bis zum 05.09.2020

* (unter Vorbehalt und basierend auf dem zum Zeitpunkt des Seminars gültigen Stand der Rahmenempfehlungen zur Fortbildungsverpflichtung)