

## **NEURO MOTION – Innovatives neurozentriertes Rückentraining**

1-tägig

Präsenzausbildung

Neurozentriertes Rückentraining wird im Zeitalter des übermäßigen Sitzens und einseitiger Bewegung immer wichtiger. Als Trainer ist es entscheidend, mit den neuesten Erkenntnissen und Techniken Schritt zu halten, um den Bedürfnissen unserer Teilnehmer gerecht zu werden.

Dieser Workshop richtet sich an Groupfitnesstrainer, die ihre Rückentrainingskurse mit aktuellen Erkenntnissen aus dem Neuro-Training vertiefen wollen, neue Übungen suchen und wissen möchten wie sie neurozentriertes Training optimal in den Rückenstunden anwenden können.

### **Beschreibung**

Workshop-Inhalte:

- **Neueste Erkenntnisse:** Erfahre, welche neuesten Erkenntnisse und wissenschaftlichen Entwicklungen es im Bereich des neurozentrierten Rückentrainings gibt.
- **Inspiration und Innovation:** Lasse dich von innovativen Ansätzen inspirieren, um deinen Rückentrainingskursen einen frischen Wind zu verleihen.
- **Tiefgehendes Hintergrundwissen:** Verstehe die neurologische Anatomie und Physiologie des Rückens besser, um gezieltere und effektivere Übungen zu entwickeln.
- **Erstellung von Stundenbildern:** Lerne, wie du Stundenbilder für deine Rückentrainingskurse schnell, einfach und sinnvoll zusammenstellst.

Gemeinsam können wir die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Teilnehmer fördern, indem wir ihnen hochwertiges Rückentraining bieten. Ich freu mich auf deine Teilnahme!

Johanna Fellner

### **Anmerkung**

Vorkenntnisse im Bereich Rücken und Wirbelsäulentraining sind von Vorteil. Zusätzlich zu dieser Ausbildung wird die Ausbildung Bewegter Rücken empfohlen.

Grundkenntnisse der Anatomie/Physiologie, Erfahrungen im Group Fitness-Bereich sind von Vorteil.

Fehlen diese Kenntnisse oder möchten Sie diese auf den aktuellen Wissensstand bringen?

Dann nutzen Sie unser Webseminar **S-Lizenz: Grundlagen Anatomie / Physiologie** um die nötigen Grundlagen zu erwerben oder aufzufrischen.

### **Kosten**

Teilnahmegebühr incl. Skript, Zertifikat: € 185.- zzgl. MwSt.

Dieser Workshop ist auch im Paket mit dem Workshop HEALTHY BACK – Neue Impulse im Rückentraining buchbar!

Der Preis reduziert sich dadurch statt netto € 370 auf netto € 349.

## Presenter



Johanna Fellner

## Termin(e)

in in Deutschland

HBAD24 - 3 **NEURO MOTION – Innovatives neurozentriertes Rückentraining**  
27.10.2024 in Regensburg / Die Insel

HBNM-2 **Paket: HEALTHY BACK & NEURO MOTION**  
27.10.-26.10.2024 in Regensburg / Die Insel