



B-E-R-G-Coach



Bewegungskoach B-Lizenz

Der Bewegungskoach ist der erste Schritt zum ganzheitlichen Gesundheitscoach nach der BERG-Formel von Manuel Eckardt.

Bewegung ist einer der Grundpfeiler der Gesundheit. Ohne Bewegung kann keine Gesundheit entstehen, hergestellt oder gelebt werden.

Warum das so ist und welche Faktoren dafür entscheidend sind, erfährt man in dieser Ausbildung.

In 15 Live-Onlinevorlesungen und 20 Live-Kursen vermitteln wir dir alle notwendigen Kenntnisse, um ein ganzheitliches Bewegungstraining durchzuführen.

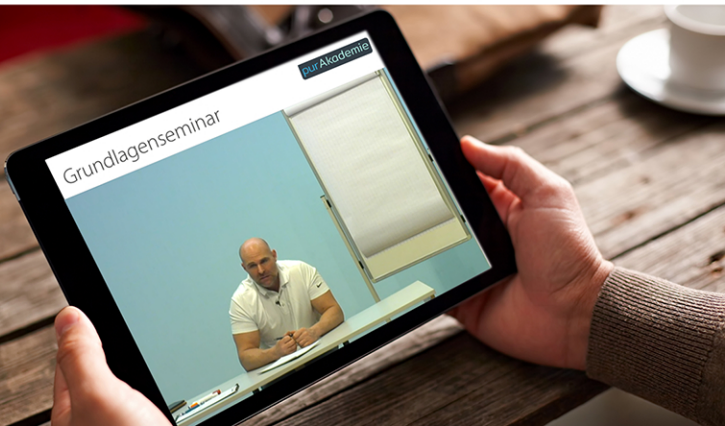
Der Bewegungscoach B-Lizenz ist die Grundlage für eine qualitativ hochwertige Beratung und kompetente Betreuung und Bewegung deiner zukünftigen Kunden. Wir vermitteln dir alles notwendige Fachwissen und den Spaß am Bewegen anderer Menschen.

Du lernst, wie du die Kurse und Trainings optimal auf deine Teilnehmer abstimmen kannst, auch in Gruppen unterschiedlicher Fitnessgrade, so dass alle Spaß und Freude haben - und das dauerhaft.

Wir legen besonders viel Wert auf Praxisnähe und Lehrinhalte. Das, was wir dir in den Onlinevorlesungen vermitteln, kannst du direkt in den Kursen nachvollziehen. So macht lernen Spaß!

Wir zeigen dir, worauf es bei einer Anamnese ankommt, wie man sie durchführt und aus den Ergebnissen die richtigen Empfehlungen trifft, damit sich bei deinen Kunden schnelle Erfolge einstellen.

Wir geben dir praxisnahe und wertvolle Hinweise aus über 30 Jahren Berufspraxis. Du lernst in angenehmer Atmosphäre, nämlich bei dir zu Hause.



ABLAUF

In 3 Monaten erhältst du ein Grundlagenwissen über die Zusammenhänge und Einflussfaktoren der Bewegung auf den menschlichen Körper.

Die Unterrichtseinheiten finden als Live-Onlinevorlesung statt und/oder als Video-Coaching, wenn man zu den live-Veranstaltungen nicht kann.

Des Weiteren werden dir Unterlagen zur Vertiefung und zum Selbststudium zur Verfügung gestellt. Ein Fragenkatalog am Ende jedes Kapitels soll das Gehörte und Gelesene vertiefen.

Du nimmst an 20 verschiedenen Kurseinheiten (online) teil, erlebst Bewegung in allen Variationen und bekommst Aufbau und Durchführung veranschaulicht.

Am Ende erfolgt eine schriftliche, mündliche und praktische Prüfung.

DAUER

3 Monate Online-Coaching mit anschließender Prüfung online oder wahlweise vor Ort.

Man muss die Ausbildung nicht in 3 Monaten abschließen, die Prüfung kann auch zu einem späteren Zeitpunkt abgelegt werden.

ZIEL

Der Bewegungs-Coach kennt die Bedeutung von Bewegung, ihre Auswirkungen auf den Körper und ist in der Lage, mithilfe des erworbenen Wissens einen Trainingsprozess individuell und motivierend zu gestalten und gleichzeitig die Zusammenhänge fundiert und mit Begeisterung an Dritte weiterzuvermitteln.

INHALTE

- Grundlagen der Anatomie
- Grundlagen der Bewegungslehre
- Grundlagen des Trainings
- Anamnese & Diagnostikverfahren
- Trainingsplanung & -steuerung
- Trainingsplangestaltung
- Zielspezifisches Training
- Grundlagen der Ernährung
- Konzeption & Durchführung eines Kurses
- Motivation - Die Psychologie dahinter
- Spezielle Formen von Training
(Ausblick auf die A-Lizenz)

DEINE VORTEILE

Alles auf einen Blick:

- ✓ Lehrgangsunterlagen inklusive
- ✓ Prüfungsgebühren inklusive
- ✓ lehr- und praxiserfahrene Dozenten
- ✓ nachhaltiger Lernerfolg durch Live-Vorlesung, Video-Coaching, Präsenzveranstaltung
- ✓ alles aus der Praxis
- ✓ Ausbildung findet zu 100% online statt

Anmeldung

akademie@pur-life.de

purAkademie

Viehweg 6 . 35781 Weilburg