



AHAB-Akademie

DIE EXPERTEN FÜR GESUNDHEIT UND BILDUNG

ZERTIFIKAT

Herr Rene Grade

geb. am 29.09.1969

Nachweis über den erfolgreichen Abschluss der Fachqualifikation

Kursleiter für Wirbelsäulengymnastik

Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 24 Unterrichtseinheiten. Es fand die Einweisung in das standardisierte Programm - Wirbelsäulengymnastik (Core Training) - der AHAB-Akademie statt. Gemäß Leitfadens Prävention (Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der Paragraphen 20 und 20a SGB V) trägt es zur Realisierung der Kernziele im Gesundheitssport bei.

Inhalte der Ausbildung:

- Beschreibende und funktionelle Anatomie
- Methodik und Didaktik in der Wirbelsäulengymnastik (Core-Training)
- Praxisunterweisung in das Kurskonzept
 - o Körperwahrnehmung
 - o Kräftigung und Beweglichkeit
 - o Entspannung
- Lehrprobe

Berlin, 17.07.2016

AHAB-Akademie GmbH

Grünauer Straße 3
12557 Berlin

Tel.: +49 30 9860 1997 9
Fax: +49 30 9860 1997 9

Lars Deutschmann
www.ahab-akademie.de
Pädagogischer Leiter der AHAB-Akademie

