



AHAB-Akademie

DIE EXPERTEN FÜR GESUNDHEIT UND BILDUNG

ZERTIFIKAT

Herr Rene Grade

geb. am 29.09.1969

Nachweis über den erfolgreichen Abschluss der Fachqualifikation

Manual Resistance Trainer

Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 24 Lerneinheiten im Präsenzunterricht. Es wurde die Befähigung nachgewiesen, ein zielorientiertes Manual Resistance-Training zu konzipieren und anzuleiten.

Schwerpunkte der Ausbildung:

- Beschreibende und funktionelle Anatomie
- Methodik und Didaktik im Manual Resistance-Training
- Praxisunterweisung inkl. Manual Assistance-Stretching
- Floor-Training vs. One-2-One-Training
- Checkliste und Kontraindikationen
- Lehrprobe

Berlin, 24.07.2016

AHAB-Akademie GmbH

Grünauer Straße 3

12557 Berlin

Tel.: +49 30 9860 1997 0

Fax: +49 30 9860 1997 9

Lars Deutschmann

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

Die AHAB-Akademie ist:

