

Beckenboden im Zentrum ganzheitlichen Faszientrainings

Beckenbodentraining mal anders! Die Gesundheit der Beckenorgane kann mit faszienorientiertem Training gestärkt werden, denn der Beckenboden fungiert inmitten der faszialen Zentralleitbahn als Schlüsselposition und Teamplayer von körperweiter Bewegungsvielfalt. In dieser Fortbildung wird sein Einfluss auf den gesamten Organismus aufgezeigt und die Teilnehmenden erfahren, wie sich die Beckenstrukturen und das fasziale Netzwerk des Körpers gegenseitig unterstützen. Anhand des Leitbahnen-Modells nach FASZIO® werden diese Verknüpfungen erklärt, gespürt und trainiert. Diese Fortbildung ist ideal für alle, die GroupFitness-Kurse mit Musik unterrichten. Einfach aber genial!

- Termin:** 16. März 2025
- Zielgruppe:** Übungsleiter*-, Trainer*innen
- Voraussetzungen:** Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining oder ÜL-/ Trainer*in-Lizenz / gleichwertige sportfachliche Ausbildung auf Anfrage
- Abschluss:** Teilnahmebescheinigung
- Verlängerung von:** ÜL-Lizenz C + B / sowie zur Verlängerung eines entsprechenden DTB-Akademie Zertifikates anerkannt
- Weiterbildungsumfang:** 8 Lerneinheiten (0,2 ECTS)
- Referent/in** DTB Referentin Heike Oellerich
- Ort:** 36396 Steinau an der Straße / Halle am Schloss / Schlosstraße 22
- Gebühren:** 125,- € regulärer Preis 95,- € GYM CARD-Preis
ohne Verpflegung, Bestellung möglich / ohne Übernachtung, auf Anfrage möglich
- Frühbucher-Rabatt:** 5,- € bei Anmeldungen bis zum 28.02.2025
- Anmelden bis:** 28.02.2025
- Information:** DTB-AKADEMIE HESSEN
DTB-Akademie-Team
Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt am Main
Tel.: 069 / 678 01-189/134 / Fax: 069 / 678 01-179
E-Mail: dtb-akademie@dtb-online.de
- Anmeldung & Information** über die Homepage des TG-Kinzig <https://www.tg-kinzig.de/ausbildung-und-fortbildung/>
oder direkt über das / die
- DTB-Gymnet:** <https://events.dtb-gymnet.de/index.php?q=eventdetails&evsuEventID=104483>
- DTB-Akademie:** <https://dtb-akademie.de/dtb/gesundheit/fort-und-weiterbildungen-gesundheitssport/fortbildungen-gesundheitssport>
- Informationen:** Ursula Steinau, Ahornweg 27, 36381 Schlüchtern
- vor Ort:** Tel.: 06661 6871 / E-Mail: TG-Kinzig.usteinou@gmx.de (nur Info - keine Anmeldung)