

Überblick – Start to teach

AUSBILDUNG ZUM GROUP-FITNESS INSTRUCTOR C-LIZENZ

THEORIE

- Sachanalyse
- Cueing
- Motivation/Korrektur
- Instruktor
- Choreographie
- Stundenablauf
- Musiklehre
- Aufbaumethoden
- Anatomie

PRAXIS

- Exklusive Masterclasses
- Erarbeiten von Warm Up, Cardio u. Toning Einheiten
- Teilnahme am Rückgrat Kursprogramm (Laufzettel)
- Stundenablauf üben, üben, üben...

TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

- Kursgebühr bezahlt (249,00 € inkl. Schulungsunterlagen, Prüfungsgebühr & Teilnahmebestätigung)
- I. Hilfe Kurs absolviert (lebensrettende Sofortmaßnahmen)
z.B. bei MAUS-Powerkurs www.erstehilfe.de/kurs/freiburg.html
- Gute körperliche Verfassung
- Gewisses Maß an Bewegungstalent
- Keine Scheu vor einer Gruppe zu stehen
- Hohe Eigenmotivation (betrifft Zeit und körperlichen Einsatz)!!!
- Außerdem ist es hilfreich, wenn man bereits Kurse besucht hat

PRÜFUNG

- Praxis
- Theorie
- Beides bestanden: Rückgrat Aerobic C-Lizenz
Rückgrat Aerobic C-Lizenz ermöglicht bei der IFAA Quereinstieg zu weiteren Ausbildungsmodulen, wie z.B. Aerobic B-Lizenz, Body Pump Instruktor u.a.
- Anerkannt bei allen großen Anbietern wie IFAA, SAFS&Beta...

TERMINE

Modul I: Samstag, 23.09.2017
Modul II: Samstag, 30.09.2017
Modul III: Samstag, 07.10.2017
Prüfung: Samstag, 21.10.2017

jeweils 9.30 – ca. 13.30 Uhr im Rückgrat Alter Zollhof

AUSBILDUNGSLEITERIN

Meike Zirzow

MINDESTTEILNEHMERZAHL

Der Kurs findet ab einer Teilnehmeranzahl von 10 Personen statt.

INTERESSE?

Ausgefüllte Anmeldung (im Anhang) mit Passbild bis zum 11.09.2017 senden an:

Rückgrat Verwaltung
Claudia Beck
Mooswaldallee 4
79108 Freiburg

oder per Email an Claudia Beck:
c.beck@rueckgrat-freiburg.de

Anmeldeformular

AUSBILDUNG ZUM GROUP-FITNESS INSTRUCTOR C-LIZENZ

TERMINE:

Modul I: Samstag, 23.09.2017
Modul II : Samstag, 30.09.2017
Modul III: Samstag, 07.10.2017
Prüfung: Samstag, 21.10.2017

jeweils 9.30 – ca. 13.30 Uhr im Rückgrat Alter Zollhof

KOSTEN:

249,00 € (inkl. Schulungsunterlagen, Prüfungsgebühr & Teilnahmebestätigung)

.....
Vorname

.....
Nachname

.....
Straße

.....
PLZ / Ort

.....
Telefon

.....
Mobil

.....
E-Mail

.....
Datum / Unterschrift