

Ausbildungsweg

**DEIN WEG ZUM ZERTIFIZIERTEN SPIRALSTABILISATION-TRAINER
FÜR GRUPPEN- UND EINZELTRAINING**

4 MODULE

8 TAGE

1 ZERTIFIKAT



KURSVORAUSSETZUNGEN

Abgeschlossene Ausbildung in einem Bewegungs-, Massage- oder Therapeutenberuf mit medizinischen Grundlagen sowie Grundkenntnisse in Anatomie und Physiologie.

Die vier Module im Überblick

01.

Modul 1A+B – Basic

2 Tage

Grundprinzipien und Basisübungen der Spiralstabilisation.

Voraussetzung für Modul 2–4

Modul 2A+B – Becken

2 Tage

Vertiefende Übungen mit Fokus auf das Becken.

Modul 3A+B – Schulter

2 Tage

Übungen für Schultergürtel, Brustwirbelsäule, Arme und Halswirbelsäule.

Modul 4A+B – Beine

2 Tage

Übungen mit Fokus auf die Beinachse, Fuss- und Kniestellung.

Dein Abschluss



Nach 8 Tagen (4 Modulen) erhältst du dein Zertifikat, bist auf der Schweizer Trainerliste und der internationale Therapeutenliste Spiralstabilisation.

JETZT AUSBILDUNGSPLATZ SICHERN

www.spiral-stabilisation.ch

balanced exercise, Fabienne Stacher · Bahnhofstrasse 16, 8590 Romanshorn · Tel. 078 626 93 94