



AIREX[®] Academy

Modul 1

Aktive und funktionelle Stabilisation mit dem Balance-pad

Alle drei Module können isoliert voneinander absolviert werden.

- Kurskonzept im 8 x 60 Minuten Format
- ZPP anerkannt

Die „aktive und funktionelle Stabilisation mit dem Balance-pad“ definiert ein Kurskonzept auf der Basis der AIREX[®] Academy in Kooperation mit seinen Partnern.

Es erwarten Sie eine Kursanleitung mit detailliert ausgearbeiteten Stundenbildern, inklusive Ausbildungsmanual und Zertifikat zur Konzeptnutzung.

Das Konzept mit 8 x 60 Minuten setzt folgende Schwerpunkte:

1. Kurseinheit: Reaktive Balance Basics
2. Kurseinheit: Stabilisation Schultern und obere Extremitäten
3. Kurseinheit: Stabilisation der unteren Extremitäten
4. Kurseinheit: Stabilisation Hüfte
5. Kurseinheit: Allgemeine Rumpfstabilität
6. Kurseinheit: Rotationsbewegungen
7. Kurseinheit: Gezielte Bauch und Rückenstabilisation
8. Kurseinheit: Koordination

Vorteile ZPP Zertifizierung

- Über 61,7 Millionen Versicherte erreichen
- Kursauflistung in zentraler Online-Datenbank der Krankenkassen
- Versicherte erfahren sofort, ob die Krankenkasse (Teil-) Kosten für den Kurs übernimmt



Teilnehmervoraussetzungen

Trainerlizenz oder Übungsleiter, Bewegungsfachberuf, Physio-therapeut, Sportwissenschaftler, Sportlehrer, etc.

Ausbildungsunterlagen Ausbildungsmanual und Ausbildungszertifikat

Dauer

1 Tag (= 9 UE)

Kontakt/Anmeldung

academy@my-airex.com

Kosten inkl. Konzeptnutzung

EUR 249.-

Dieses eigene Kurskonzept ist von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) anerkannt. Das heißt, lizenzierte Trainer haben eine einfache Möglichkeit ihre Kurse nach §20 (Gesetz zur Primärprävention) anzubieten sowie einen Mehrwert für die Teilnehmer durch eine unproblematische Kostenerstattung zu gewähren.

Alle drei Module können isoliert voneinander absolviert werden.