

## Ausbildung zum/r Vitaltrainer\*in für Wellnesshotels

Für Sportbegeisterte sowie mehr Kompetenz für Wellnesstrainer\*innen, Masseur\*innen, Kosmetiker\*innen

Als Vital- Trainer\*in können Sie Entspannungs- und Aktivprogramme in Wellnesshotels eigenverantwortlich organisieren und durchführen.

### Ausbildungsinhalte:

#### Fit & Aktiv

- Trainingslehre
- Bodystyling: Bauch, Beine, Po
- Wirbelsäulengymnastik
- Walking/Nordic Walking
- Aquatraining
- Trendsportarten (Faszien, Mobilität)
- Organisatorisches, Kursvorbereitung, Stundenplanung






#### Body & Soul

- Stressmanagement/Atemtechnik
- Progressive Muskelentspannung
- Meditation und Tiefenentspannung
- Traumreisen



#### Ernährung

- nachhaltige und vollwertige Ernährung für Fitness und Genuss

Kursnummer:	BPW00023
Dauer:	ca. 3 Monate, berufsbegleitend (Stundenplan auf Anfrage)
Start:	26.10.2024, Gerne senden wir Ihnen den Stundenplan zu.
Ort:	Wellness-Kosmetik-Schule Bad Kötzing
QR-Code zum Onlineangebot	
	
Onlineangebot	
 Jetzt Online buchen	
 Zum Onlineangebot	

Sichern Sie sich den Frühbucher-Rabatt bei einer Anmeldung bis 15.09.2024!