

## 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
- Einführung Fitnessgeräte
- Repertoire für Morgen- und Abendgymnastik
- Bodystyling: Bauch, Beine, Po
- Wirbelsäulengymnastik
- Walking/Nordic Walking
- Wassergymnastik

#### Body & Soul

- Stressmanagement/Atemtechnik
- verschiedene Meditationen und Übungen zur Tiefenentspannung
- Traumreisen

#### Ernährung

- nachhaltige Ernährung für Fitness und Genuss



Kursnummer:	BPW00023
Dauer:	ca. 3 Monate
Nächster Beginn:	auf Anfrage - Stundenplan auf Anfrage
Kursgebühr:	1.300,00 € *, 1.170,00 € mit Frühbucher-Rabatt (Ratenzahlung möglich)
Ort:	Wellness-Kosmetik-Schule Bad Kötzing
QR-Code zum Onlineangebot	
Onlineangebot	



Jetzt Online buchen



Zum Onlineangebot

Sichern Sie sich 10% Frühbucher-Rabatt bei einer verbindlichen Anmeldung bis 4 Wochen vor Kursbeginn!