

ZERTIFIKAT

Anja Kolweyh

hat an der Ausbildung zur

DTB-Trainerin MedicalFitness

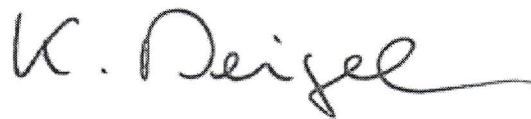
beim VTF-Bildungswerk Hamburg erfolgreich teilgenommen.

Die Ausbildung umfasste 30 Lerneinheiten und wurde mit dem Präsenztage am 07. Oktober 2018 abgeschlossen.

Inhalte des Manuals und des Heimstudiums:

- Grundlagen/Kernziele des Gesundheitssports
- Ermittlung von individuellen Fitnesslevels/Gesundheitszuständen (Anamnesebefragungen und ausgewählte Tests)
- Spezielle Risikogruppen
- Stressoren im Alltag und mögliche Trainingsprogramme
- Beschwerde- und Krankheitsbilder und Trainingsempfehlungen
- Zusammenhang von Ernährung und Gesundheit
- Grenzen eines präventiv ausgerichteten MedicalTrainings
- Wissens-Checks

Leitung: Daniel Hönow und Wolfgang Klingebiel



Karen Beigel
VTF Bildungswerk Hamburg

Das Zertifikat ist gültig bis 31.12.2020.
Es ist alle 2 Jahre mit 15 LE fachspezifischen,
vom DTB anerkannten Fortbildungen zu verlängern.