

Hochschulsportverband Niedersachsen/Bremen (HVNB)

Hannover, den 13.06.2017

Übungsleitenden-Fortbildung

Thema: Ausbildung zum SDX Ropetraining Instructor

Termin, Uhrzeit: Samstag, 29.07.2017, 10:00 – 18:00 Uhr

Ort: Zentrum für Hochschulsport Hannover

Zielgruppe: Fitness- Trainer/innen, Kurs- und Übungsleiter/innen, Physiotherapeuten/innen, Personal Trainer/innen, Sportwissenschaftler/innen

Teilnehmende: min. 5 Personen / max. 10 Personen

Kosten: HVNB-Mitglieder* ** 176,00 EUR
Sonstige** 199,00 EUR

**Der Differenzbetrag (für HVNB-Mitglieder) zum offiziellen Ausbildungspreis (SDX-Ropetraining-Instructor) wird vom HVNB getragen.*

*** Unangekündigtes Nicht-Erscheinen wird grundsätzlich mit vollem Fortbildungsentgelt geahndet.*

Das Fortbildungsentgelt reduziert sich, für alle Teilnehmer/innen, auf 50,00€ bei Absagen, die bis zum Anmeldeschluss eingehen oder bis zu 7 Tage nach dem Fortbildungstermin mit einem ärztlichen Attest belegt werden.

Inhalte und Ziele: Das SDX-Workout ist eine Form des funktionellen Trainings, bei dem dicke Taue (Ropes) in Schwingungen versetzt werden, sowie mit Acceleratoren und Fit Sticks gearbeitet wird. Das hocheffektive Training ist nicht nur hervorragend als Ganzkörperkrafttraining geeignet, sondern auch als ideales Herzkreislauftraining mit hohem Kalorienverbrauch. Es eignet sich sehr gut in Rehapphasen um einen Leistungsverlust zu minimieren, als präventives Trainingsvorbereitungs-Programm oder als komplett eigenständiges Fitnessstraining.

Die Fortbildung beinhaltet eine zertifizierte Ausbildung als SDX- Trainer/in mit allen theoretischen und praktischen Inhalten (inkl. Masterclass), die zur Durchführung eines Kurses/Trainings befähigen.

Referent: Sven Blankenberg

- Personal Trainer und Ernährungsberater
- Referent der Personal Trainer Academy
- Experte für Functional Training
- Cross Trainer & Rückentrainer
- Pilatetrainer & Flossing Therapeut
- Ausbilder im Groupmanagement

Leistungen: Zertifikat, Getränke und Snacks

Anmeldung: Online bis 16.07.2017

https://db.zfh.uni-hannover.de/angebote/aktueller_zeitraum/HVNB_Fortbildung.html

Passwort bitte erfragen bei Lena Hebel (hebel@hochschulsport-hannover.de)

Kontakt: Bei Fragen zur Online-Anmeldung bitte Lena Hebel kontaktieren.
(Mo-Do Vormittag, 0511-76214283) hebel@hochschulsport-hannover.de