

NORDIC WALKING - Der Gesundheitssport

Seit mehreren Jahren erfreut sich Nordic Walking immer größerer Beliebtheit. Sportler greifen immer öfter zu den Stöcken und üben dieses sanfte Ausdauertraining aus. Das Naturerleben verbunden mit einem effektiven Training der Ausdauer kräftigt nicht nur Ihre Muskulatur und das Herz-Kreislaufsystem sondern bringt auch unsere Psyche auf Vordermann. Die positiven Auswirkungen von Nordic Walking sind wissenschaftlich eindeutig bewiesen. Um aber all diese Wirkungen zu erzielen, muss der Sport technisch richtig durchgeführt werden. Deshalb bedarf es qualifizierter Trainer, welche Interessierte dementsprechend unterrichten.

Nutzen Sie Ihre Chance und lassen Sie sich zum Basic Instructor ausbilden. Als Nordic Walking Trainer finden Sie ein umfangreiches Betätigungsfeld. Vereine, Hotels, Sportclubs, Fitnessstudios, etc. sind für Sie Möglichkeiten Kurse abzuhalten.

An wen richtet sich die Ausbildung?

An Jedermann/-frau

An Instruktoren und Kursleiter, Wellness- und Fitnesstrainer, Sport-Übungsleiter in Vereinen, Sportlehrer, Sportmediziner, Physiotherapeuten, Laufreffleiter etc.. Abhängig von Ihren Vorkenntnissen dauert die Ausbildung unterschiedlich lange.

Wie wird Frau/Mann NORDIC WALKING Basic Instruktor ?

Durch die Absolvierung der Basic-Instruktor Ausbildung erwerben Sie die Befähigung NORDIC WALKING als Übungsleiter durchzuführen. Sie erhalten ein Zertifikat als NORDIC WALKING BASIC INSTRUCTOR.

Die Anmeldung zur NORDIC WALKING INSTRUCTOR Ausbildung erfolgt per E-Mail, über Online-Anmeldung oder telefonisch.

Der Preis für den zweitägigen NORDIC WALKING BASIC INSTRUCTOR im Komplettangebot beträgt € 229,-/Person, für die 4tägige Ausbildung 449,-€.

Für die Dauer des Kurses werden Ihnen Stöcke und Pulsuhren zur Verfügung gestellt.

Wann und wo?

Die Termine finden Sie auf der Homepage. Ab einer Gruppengröße von 6 Personen können auch individuell Termine vereinbart werden.

Ausbildungsinhalte:

- Biologische Grundlagen des Bewegungstrainings
- Methodisch – didaktische Grundlagen
- Grundzüge der Trainingslehre der motorischen Hauptbeanspruchungsformen
- Entwicklung / Geschichte des NW
- Gesundheit und NW
- NW Technik
- Ausrüstung
- Trainingsrichtlinien und Methodik
- NW Gyms
- Nachweis des Eigenkönnens
- Marketing (Checkliste zur erfolgreichen Umsetzung)

Kontakt:

Mag. Ing. Bernd Schmölzer

Tel.: 0664-9205221

office@nordicfitness.at

www.nordicfitness.at

