

## «SwingWalking® in Alterszentren»

### Aufbautag für SwingWalking® Coaches



#### PMT Swingwalking® bis ins höchste Alter

Wenn sich hochbetagte Menschen vom Rollstuhl auf das Trampolin wagen und beim Schwingen zu strahlen und zu singen beginnen, braucht es keine weiteren Worte. Sehr schnell sind erstaunliche Fortschritte erkennbar, welche sich auch im Alltag auswirken.

Voraussetzung: Besucher Schulungstag und Erfahrung in der Umsetzung von SwingWalking® in Alterszentren»

#### INHALTE

- Erweiterung des Übungsrepertoires, Einbezug von Hilfsmitteln
- Möglichkeiten, die Zuschauenden miteinzubeziehen
- Üben von Transfersituationen (Kinästhetik)
- Weitere Umsetzungsmöglichkeiten (im Sitzen und Liegen)
- Hinweise zur Musikauswahl
- Erfahrungsaustausch
- Informationen zur Vorstudie Innoscheck

#### INFOS

<b>Datum</b>	Freitag, 07. November 2025, 09.00 – 16.00 Uhr Eintreffen / Begrüssungskaffe ab 08.30 Uhr; gemeinsames Mittagessen
<b>Ort</b>	Tertianum Zedernpark, Weinfelden, Mehrzweckraum
<b>Mitbringen</b>	Bequeme Kleidung, Baumwollsocken, Trinkflasche, Schreibzeug Falls verordnet: Orthopäd. Einlagen (entsprechende Schuhe), Stützstrümpfe
<b>Kosten</b>	CHF 340.— für Mitarbeitende Tertianum-Gruppe CHF 370.— für Mitarbeitende anderer Institutionen und Privatpersonen (inkl. Mittagessen, Trampolinmiete und Schulungs-Unterlagen)
<b>Leitung</b>	Ursula Häberling, Sportlehrerin und Gründerin PMT SwingWalking® Heinz Hagmann, Physiotherapeut HF
<b>Anmeldung</b>	Kurs/Datum, Name, Adresse, Institution/Funktion, Handy, Mail. Erfahrung mit der Umsetzung von SwingWalking in Alterszentren seit: Bitte Rechnungsadresse, falls die Kosten vom Arbeitgeber übernommen werden. Es wird eine Anmeldebestätigung mit Rechnung versandt.

Bei Bedarf können Trampoline und Zubehör bestellt und Medien zu PMT SwingWalking® direkt vor Ort bezogen werden.