Fortbildung für Trainer/innen

«Verspannter Nacken»

Inhalte

Verspannungen im Nacken gezielt entgegenwirken

- PMT SwingWalking® für Personen mit Nackenbeschwerden
- Nackenproblematik in Theorie und Praxis
- Übungen zum Lösen der Verspannungen (= aktive Massnahmen)
- Ergänzende (= passive) Massnahmen
- Erfahrungsaustausch und News von PMT SwingWalking®

Datum

Samstag, 26. Oktober 2024, 09.30 – 16.30 Uhr / 6 UE

Kursort

dap Tanz- und Bewegungszentrum, Mittlere Strasse 52, 3600 Thun
(Ca. 1 Km vom Bahnhof entfernt)

Kosten

Member:	CHF 210.— | € 168,00
Nicht Member:	CHF 270.— | € 216,00

Inkl. Trampolinmiete und Unterlagen

Mitbringen

Bequeme Kleidung, Frotteesocken, mittelgrosses Frottiertuch, Trinkflasche, Schreibzeug, Handy (aufgeladen)
Evtl. Mittagessen, Mikrowelle vorhanden, Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe

Leitung

Ursula Häberling, Dipl. Sportlehrerin ETH
Gründerin / Ausbildnerin PMT SwingWalking®
Heinz Hagmann, Dipl. Physiotherapeut HF
Ausbildner und medizinische Begleitung PMT SwingWalking®

Anmeldung

Per Mail an: office@swingwalking.com / 077 521 95 89 (Babs Schoch)
Unter Angabe von: Name, Adresse, Handy, Geburtsdatum
Teilnehmerzahl beschränkt

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der PMT SwingWalking GmbH, sowie die Richtlinien für die Trainer/innen-Fortbildungen.

PMT SwingWalking® – bringt Schwung ins Leben!

PMT SwingWalking GmbH
Maienrainstrasse 15
CH-8570 Weinfelden

www.swingwalking.com
info@swingwalking.com
+41 (0)71 223 20 23 / 079 588 33 86