

## Fortbildung für Trainer/innen

# «(Nicht) Stürzen will gelernt sein»

- Inhalte**
- Aktuelle Ergebnisse aus der Forschung zum Thema Sturzprävention
  - SwingWalking® zur Sturzprävention – Grundsätzliches und praktische Umsetzung
  - Praktische Techniken, um richtig zu stürzen
  - SwingWalking® in Alterszentren
  - Erfahrungsaustausch und News / Zukunft PMT SwingWalking®
- Datum** Samstag, 21. März 2026, 09.30 – 16.30 Uhr / 6 UE
- Kursort** Strong Fit Center, Bahnhofstrasse 75, 8620 Wetzikon (Ca. 650 m vom Bahnhof)  
Parkplätze: Neben dem Gebäude des Strong Fit Centers die Parkplätze des Drei Linden-Areals benutzen (gratis)
- Kosten** Member: CHF 230.—  
Nicht Member: CHF 290.—  
Inkl. Trampolinmiete und Unterlagen
- Mitbringen** Bequeme Kleidung, Baumwollsocken, mittelgrosses Frottiertuch, Trinkflasche, Schreibzeug, Handy (aufgeladen), evtl. Mittagessen, Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe
- Leitung** Ursula Häberling, Dipl. Sportlehrerin ETH  
Gründerin / Ausbilderin PMT SwingWalking®  
Heinz Hagmann, Dipl. Physiotherapeut HF  
Ausbildner und medizinische Begleitung PMT SwingWalking®
- Anmeldung** Per Mail an: [office@swingwalking.com](mailto:office@swingwalking.com) / 077 521 95 89 (Babs Schoch)  
Unter Angabe von: Name, Adresse, Handy, Geburtsdatum  
Teilnehmer/innenzahl beschränkt

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

Wir freuen uns auf dich!

**PMT SwingWalking® – bewegt dein Leben!**