

«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

INHALTE

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

INFOS

Datum	Freitag, 07. November 2025, 09.00 – 16.00 Uhr Eintreffen / Begrüssungskaffe ab 08.30 Uhr; gemeinsames Mittagessen
Ort	Tertianum Zedernpark, Weinfelden, Mehrzweckraum
Mitbringen	Bequeme Kleidung, Baumwollsocken, Trinkflasche, Schreibzeug Falls verordnet: Orthopäd. Einlagen (entsprechende Schuhe), Stützstrümpfe
Kosten	CHF 340.— für Mitarbeitende Tertianum-Gruppe CHF 370.— für Mitarbeitende anderer Institutionen und Privatpersonen (inkl. Mittagessen, Trampolinmiete und Schulungs-Unterlagen)
Leitung	Ursula Häberling, Sportlehrerin und Gründerin PMT SwingWalking® Heinz Hagmann, Physiotherapeut HF
Anmeldung	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.