



Teilnahmebescheinigung

Fortbildung

Denken im Gehen hält Geist und Körper fit

Frau Daniela Weber

hat vom 29.06.2019 bis 30.06.2019 in Nürnberg

an der Fortbildung *Denken im Gehen hält Geist und Körper fit* teilgenommen.

Dauer: 15 Unterrichtseinheiten

Inhalte – theoretisch und praktisch

- Auswirkungen von körperlichem und geistigem Training
- Wissenschaftliche Erkenntnisse
- Gestaltung von Stunden „Denken im Gehen“ für unterschiedliches Gruppenniveau
- Planung eines Kurses - Hinweise für Gruppenleiter
- Werbung, was muss ein Flyer enthalten
- Praxisbeispiele für unterschiedliches Gruppenniveau
- Kognitive Übungen für die Gehpausen und während des Gehens
- Sinnesübungen und Bewegungsübungen
- Elemente der Sturzprophylaxe
- Ideenbörse

Ort, Datum

Kursleitung

Nürnberg, 30.06.2019

Karin Rötzer
Ausbildungsreferentin des BVGT e.V.