

Ausbildung zum/r Vitaltrainer*in für Wellnesshotels

Für Sportbegeisterte sowie mehr Kompetenz für Wellnesstrainer*innen, Masseur*innen, Kosmetiker*innen

Als Vital- Trainer*in können Sie Entspannungs- und Aktivprogramme in Wellnesshotels eigenverantwortlich organisieren und durchführen.

Ausbildungsinhalte:

Fit & Aktiv

- Trainingslehre
- Bodystyling: Bauch, Beine, Po
- Wirbelsäulengymnastik
- Walking/Nordic Walking
- Aquatraining
- Trendsportarten (Faszien, Mobilität)
- Organisatorisches, Kursvorbereitung, Stundenplanung

Body & Soul

- Stressmanagement/Atemtechnik
- Progressive Muskelentspannung
- Meditation und Tiefenentspannung
- Traumreisen

Ernährung

- nachhaltige und vollwertige Ernährung für Fitness und Genuss



Kursnummer:	BOW00023
Dauer:	ca. 3 Monate, berufsbegleitend (Stundenplan auf Anfrage)
Nächster Beginn:	Herbst 2024, Gerne senden wir Ihnen den Stundenplan zu.
Ort:	Wellness-Kosmetik-Schule Bad Kötzing

QR-Code zum Onlineangebot

Onlineangebot



Jetzt Online buchen



Zum Onlineangebot

Gerne können Sie sich auf der Interessentenliste vormerken lassen!