

ZERTIFIKAT

Sabine Dobberitz

hat an der Weiterbildung zum

DTB-Instructor Walking/Nordic Walking

Inhalte:

- Herz-Kreislauf-Training, Trainingssteuerung und -gestaltung
 - Erlernen von Techniken und Varianten
 - Koordinationsübungen und Gehschule
 - Walkingtest
 - Mobilisation und Aufwärmen
- Trainingsbegleitende Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen
 - Bewegungskorrektur
- Planung und Durchführung eines Walking/Nordic Walking-Kurses
- Vermittlung des Kurskonzepts „Walking und mehr“, das nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschussungsfähig und von den Krankenkassen anerkannt ist.

beim VTF-Bildungswerk gGmbH in Hamburg
vom 05. bis 07. Mai 2023
teilgenommen.

Der Lehrgang umfasste 25 Lerneinheiten.

Leitung: Andrea Kuhn, Oliver Günther



Nicole Kuttner
Referentin GymWelt & Bildung
VTF-Bildungswerk gGmbH Hamburg

Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig und muss nicht verlängert werden.