



Relax & More



Entspannungs- und Weiterbildungsstudio

Claudia Gebhard, Schöner Blick 28, 91207 Lauf, Tel. 09123/999 788,
info@claudia-gebhard.de / www.claudia-gebhard.de

STUDIENKONZEPT

Fortbildung zum/zur „Entspannungspädagogen/in für Kinder und Erwachsene“

Ort: 91207 Lauf an der Pegnitz (bei Nürnberg)

Fortbildungsdauer: 5-6 Monate

Termine: jeweils Samstag

14.11.09/ 05.12.09/ 16.01.10/06.02.10/13.03. und 14.03. oder 17.04.2010

Lernaufwand: - 6 Samstagseminare von 10.00 bis 17.00Uhr
- ca. 2 Stunden wöchentlich für die Erstellung von eigenen
Konzepten und Bearbeitung von Lerninhalten
- ca. 4 Stunden wöchentlich für persönliche, tägliche
Entspannungsübungen

Zielgruppe: - Abgeschlossene Ausbildung in pädagogischen, sozialen,
psychologischen bzw. medizinischen Berufen
- Interessierte evtl. mit Vorerfahrung in Entspannungsverfahren
- Erfahrung im Umgang mit Menschen / Kindern

Fortbildungsinhalte: - Grundstufe Autogenes Training (nach Schulz)
- Progressive Muskelrelaxation (nach Jacobsen)
- incl. Didaktik und Methodik im Unterricht
- Grundlagen der Entwicklungspsychologie und
Gesprächsführung
- Stressfaktoren und Stresssymptome und deren
Bewältigung

Außerdem: - Phantasiereisen
- Massagemethoden

- Yogaübungen
- Kinesiologie
- Atemübungen
- Konzentrations- und Stilleübungen
- Einführung in die Anwendung mit Klangschalen
- Entspannungsvariationen mit Farben/ Düften/ Musik/ Tanz

Ausbildungsziel: - Beherrschung von Autogenem Training (nach Schulz) und Progressiver Muskelrelaxation (nach Jacobsen)
 - Grundlagenwissen über weitere Entspannungsmethoden
 - Umsetzung des Gelernten in eigene Konzepte
 - Befähigung zur Leitung von eigenen Kursen

Abschlussarbeit: - Erarbeitung eines Entspannungskonzeptes
 - Praktische Darstellung des Gelernten
 beides am 6. Seminartag

Am Ende der Fortbildungstage:

Erhalt einer Qualifikationsbestätigung und der Lehrinhalte
 Nach § 20 SGBV der Krankenkassen anerkannt.

Gebühr: 950 Euro incl. MWST. , Anmeldegebühr und Material
 (ohne Übernachtung und Verpflegung)

Anmeldungs- und Zahlungsbedingungen:

Die Anmeldung erfolgt durch das beiliegende Anmeldeformular.

Die Anzahlung von 200 Euro wird mit der Gesamtgebühr verrechnet.

Erst mit der Überweisung der Anzahlung ist die Anmeldung verbindlich.

Sie erhalten danach eine Anmeldebestätigung und eine genaue Wegbeschreibung.

Die restlichen Ausbildungskosten überweisen Sie bis spätestens 7 Tage vor Ausbildungsbeginn. Ratenzahlung ist nach Vereinbarung möglich.

Bitte überweisen Sie Anzahlung und Restgebühr auf folgende Bankverbindung:

Stadtsparkasse Nürnberg

BLZ 760 501 01

KTO 5279799

Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn werden 50% der Anzahlung, danach 100% berechnet. Bei Nichtantritt der Fortbildung werden keine Kosten zurückerstattet.

Bei ausfallendem Seminar – seitens Kursanbieter - kann ein späterer Zeitpunkt gebucht werden.

Fortbildungsleitung: Claudia Gebhard