

ZERTIFIKAT

Manuela Preuss

hat in der Zeit vom 18. März 2017 bis 19. März 2017 am Seminar

Seniorengymnastik

mit 16 Unterrichtsstunden teilgenommen.


16 Fortbildungspunkte (vorbehaltlich der Anerkennung durch die Krankenkassen)

Inhalte:

- Altersgerechtes Herz-Kreislauf-Training
- Sturzprophylaxe
- Verbesserung der Koordination
- Erhaltung der Selbstständigkeit und Verbesserung der Alltagsbewegungen
- Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
- Altersgerechtes funktionelles Muskeltraining
- Gemeinschaftliche Übungsfolgen mit Musik

Referentin: Katharina Markwat
Physiotherapeutin

Leipzig, 19. März 2017


Katharina Markwat
Referentin




Doreen Schellenberg
Heimerer Akademie GmbH