



## ZERTIFIKAT

Manuela Preuss

hat in der Zeit vom 16. Januar 2016 bis 17. Januar 2016 am Seminar

## Sturzprävention, Sturzprophylaxe – Basisausbildung zum Sturztrainer

mit 15 Unterrichtsstunden teilgenommen.

15 Fortbildungspunkte (vorbehaltlich der Anerkennung durch die Krankenkassen)

### Inhalte:

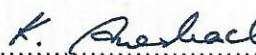
- Säulen der Sturzprävention/-prophylaxe
- Risikofaktoren/Gesundheitsressourcen/Alltagstransfer
- Kurskonzeption/Ziele/Methoden
- Ulmer Modell der Sturzprävention
- Haltungs-/Bewegungsschulung/Körperwahrnehmung/Umgang mit Schmerz
- Alternative Aufwärmformen/kleine Spiele/Entspannung
- Funktionelles Kraft-/Kraftausdauertraining/Regeneration
- Einsatz von Kleingeräten/Feedback-Training/Evaluationsmöglichkeiten, Tests
- Stotperschule, Fallschule

Referent: Dr. Olaf Rößler  
Dr. paed., Dipl.-Sportlehrer, Sporttherapeut

Leipzig, 17. Januar 2016

  
.....  
Dr. Olaf Rößler  
Referent



  
.....  
Kerstin Auerbach  
Heimerer Akademie GmbH