

Gülsah Taracar

hat die Ausbildung Sensomotorik mit BOSU® absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden

BOSU® Sensomotorik

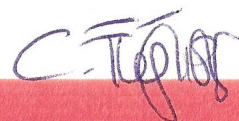
Der Sensomotorik mit BOSU® Trainer kann den BOSU® mit einer grossen Übungsauswahl korrekt und gezielt ins Training der Koordination, Stabilisation, Gleichgewicht und Propriozeption integrieren. Er ist fähig eine korrekte Körperhaltung zu instruieren und kann mit den Begriffen „Positionskontrolle“ und „Bewegungskontrolle“ umgehen. Er kann das Training mit dem BOSU® dem Leistungsniveau der Kunden anpassen und zu jeder Übung Progressionen bzw. Regressionen anbieten.

Abschlussdatum: August 2014


Ort: Zürich

ID: 613587

SAFS Schulsekretariat



SAFS Geschäftsführer



Ausbildungsinhalte

Theorie

Grundlagen der Sensomotorik
Grundprinzipien und Einsatzmöglichkeiten
des BOSU® Trainings


Praxis

Erlernen und Ausführen der Grund-
übungen und deren Variationen
Zusammenstellen einer Lektion
2 praktische Trainingseinheiten

EDUQUA
zertifiziert



diplom

 **SAFS**
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS