



Ausbildung zum Entspannungspädagogen



Der Bedarf an individuellen Entspannungsverfahren steigt in der heutigen Zeit, in der immer mehr Menschen von Stress betroffen sind, stetig an. Ob am Arbeitsplatz, in der Schule oder im privaten Bereichen, reagieren wir auf Belastungen mit körperlichen Unwohlsein, kommen kaum noch zur Ruhe und Entspannung.

Die Ausbildung zur/m **Entspannungspädagogin/-pädagogen mit der renommierten Trainerin Margarete Stöcker** befähigt Sie zur Konzeption und Anleitung von verschiedenen Entspannungsverfahren. Gleichzeitig lernen Sie für sich selber in Stresssituation ruhiger und entspannter zu reagieren. Der Unterricht findet in Kleingruppen statt.

Ausbildung im Romantik Hotel The Alpina:

Geheimtipp für Geniesser

Das aussergewöhnliche Boutiquehotel mit 27 Zimmern und Suiten, zwei Restaurants und einem exklusiven Spa Bereich hat im Dezember 2015 wiedereröffnet. Das Haus aus 1897 wurde liebevoll restauriert, sodass der unvergleichliche Charme der jahrhundertalten Architektur erhalten blieb. Ein Haus mit Geschichte, die man in allen Ecken spüren kann.

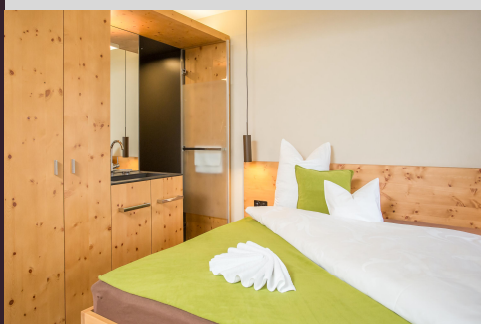
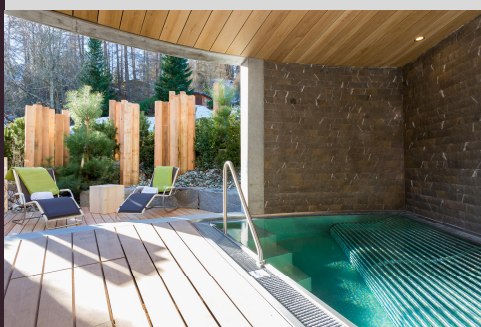
Tschierstchen: Einzigartige Naturkulisse

Wer Natürlichkeit und Ursprünglichkeit liebt, wird vom kleinen Graubündner Bergdorf Tschierstchen, 10km von Chur entfernt, begeistert sein. In den engen Gassen mit typischen Holzhäusern und einer romantischen Kirche scheint die Zeit stehen geblieben zu sein. Eine besondere Atmosphäre von Ruhe, Gelassenheit und Naturverbundenheit lässt Hektik rasch vergessen.





Ausbildung zum Entspannungspädagogen



Termin: 2.10 - 8.10.2017

Inhalte:

1. Tag: Theoretische Grundlagen: Neurologie, Physiologie, Kontraindikationen, Pädagogik, Progressive Muskelrelaxation
2. Tag: Autogenes Training, Fantasiereisen
3. Tag: Übungen, freier Nachmittag
4. Tag: Mandala malen und legen, Klangschalen und -massagen kennen lernen
5. Tag: Basale Entspannung durch Berührung, wie Handmassage, Zeit- und Stressmanagement.
6. Tag: Verabschiedung, Abreise

Weitere Leistungen:

- 6 Übernachtung und Frühstücksbuffet
- Doppelzimmer Classic zur Einzelnutzung
- Mittagsuppe mit verschiedenen Brotsorten
- Nachmittagskaffee und hausgemachten Kuchen vom Blech
- Abendessen im Panoramarestaurant 3 Gang Genussmenü
- Kaffee, Wasser und Säfte zu den Seminarzeiten

Preis pro Person: CHF 1.630 | EUR 1.498.00

Info und Anmeldung:

www.fortbildungsort.de, Margarete Stöcker M.A.,
Tel.: +49 2304 61183 | Mobil: +49 172 6828543
email: info@fortbildungsort.de