

21.01.2008 – 11:44 Uhr

minu-fit Trainer/-in: : Neuer Kurs beginnt im Frühling 2008

Zürich (ots) -

Ende Mai 2008 beginnt die Zusatzausbildung zum minu-fit Trainer/in des Migros-Kulturprozent. In dieser Weiterbildung erhalten Fachleute das notwendige Wissen, um Bewegungskurse für übergewichtige Kinder und Jugendliche anbieten zu können.

Viele Kinder und Jugendliche leiden unter ihrem Übergewicht und möchten abnehmen. Sie wünschen sich unkomplizierte Angebote, die sie darin unterstützen. Das Migros-Kulturprozent, welches mit dem club minu seit 17 Jahren selber ein solches Angebot durchführt, bietet Fachpersonen im Bewegungs-bereich eine Weiterbildung in diesem Spezialgebiet an. Die 8 Kurstage verteilen sich auf sechs Monate und finden in Zürich statt.

Die berufsbegleitende Weiterbildung zum/zur minu-fit-Trainer/-in richtet sich an Bewegungsfachleute wie diplomierte Gymnastiklehrer/-innen, Turn- und Sportlehrer/-innen sowie an Wellnesstrainer/-innen der Klubschule Migros.

Geleitet wird der Kurs von einem Fachteam, bestehend aus einem Ernährungspsychologen, einem Arzt, einer dipl. Ernährungsberaterin und einer dipl. Bewegungspädagogin. Die Kurskosten betragen inkl. Kursunterlagen CHF 1'100.-.

Der Weiterbildungskurs umfasst folgende Schwerpunkte: Bewegung: Grundlagen und Voraussetzungen für die Bewegungsförderung übergewichtiger Kinder und Jugendlicher, Bewegungsimprovisationen/Spiele, Bewegung mit verschiedenen Hilfsmitteln, Outdooraktivitäten, Wahrnehmung/Entspannung. Psychologie: Grundlagen der Ernährungspsychologie, Ursachen und Funktionen des Übergewichts im sozialen Kontext, Kommunikations- und Beratungsformen. Aufgaben der Gruppenleitung und Gruppendynamik. Grundlagen der Verhaltensänderung und Selbstwertförderung. Medizin: Endokrinologische Probleme und Stoffwechselkrankheiten, Probleme des passiven und aktiven Bewegungsapparats, neue Errungenschaften aus dem medizinischen und pharmakologischen Bereich. Ernährung: Nähr- und Wirkstoffbedarf bei Kinder und Jugendlichen, Fertigprodukte und Fastfood, Ernährungsumstellung, Zwischenverpflegung.

Anmeldeschluss ist der 30. März 2008.

Kontakt:

Weitere Informationen, Kontakte und Anmeldetalon finden Sie unter: minuweb.ch, Rubrik fit, oder unter der Telefonnummer: 044 277 22 19.