

Details Trainer-Ausbildung

Die Trainer-Ausbildung richtet sich an bewegungsinteressierte Personen, die andere motivieren und anleiten wollen, sich regelmässig gesundheitsorientiert zu bewegen. Sie befähigt, auf der Grundlage des nötigen Hintergrundwissens, attraktive PMT SwingWalking®-Kurse, Trainings oder Privatlektionen zu planen, durchzuführen und auszuwerten.

Empfehlung:

Vorgängiger Besuch eines Tagesseminars oder Basic-Kurses bei einer/m lizenzierten PMT SwingWalking®-Trainer/in, um sich mit der Technik der Schwungauslösung und den allgemeinen Grundlagen des PMT-Bewegungskonzeptes vor der Ausbildung vertraut zu machen. Die Ausbildung basiert auf dieser Empfehlung, d. h. Grundkenntnisse der Technik werden vorausgesetzt.

Ablauf und Inhalte der Ausbildung

| | |
|---------------------|--|
| Basis-Modul | 3 Tage (Fr 10-19 Uhr; Sa 9-19 Uhr; So 9-15 Uhr) 4-6 Monate Zeit für persönliche Vorbereitung auf die Lizenzprüfung |
| Inhalte | PMT – Präventiv-Medizinisches Training allgemein Trainingslehre / Ausdauertraining / Dehnen / Kräftigen PMT SwingWalking® Präventiv-Medizinisches Training auf dem Trampolin Information über Prüfung / Lizenz Vorbereitung auf Lizenz-Modul Methodik und Unterrichtsgestaltung Medien und Literatur; |
| Lizenz-Modul | 3 Tage (Fr 10-19 Uhr; Sa 9-19 Uhr; So 9-15 Uhr) Freitag: schriftliche Prüfung Samstag: Praktische Prüfung: Lehrsequenz mit Gruppe |
| Inhalte | Erfahrungsaustausch Repetition zur Prüfungsvorbereitung; letzte Fragen klären Schriftliche Prüfung über die theoretischen Hintergründe Praktische Prüfung Praxis Basic-Kurse Vorbereitung auf eigene Kurstätigkeit Trampolinberatung Verhaltensänderung Lizenzwesen PMT SwingWalking® |
| Kosten | CHF 1450.— In den Kurskosten enthalten sind die beiden Ausbildungsmodule, die Lizenzgebühr für das erste Jahr, Ausbildungsordner und Trampolinmiete (ohne Unterkunft und Verpflegung) Evtl. zusätzliche Kosten für Unterlagen, welche im Unterricht verwendet werden: PMT Adonia Set CHF 59.80 / Set Hosensack-Fitness CHF 9.— |
| Ort | TDS Aarau, Frey-Heroséstr. 9, 5000 Aarau (nahe Bahnhof) |

Siehe auch: www.swingwalking.com/Trainer-Ausbildung

Fragen zur Trainer-Ausbildung

Voraussetzungen

Du brauchst keine spezifischen Vorkenntnisse. Freude an Bewegung und dem Kontakt mit Menschen sind grundlegende Voraussetzungen.

Die Ausbildung ist so aufgebaut, dass Du alles nötige Wissen für die Kurstätigkeit vermittelt bekommst. Deine Bereitschaft, Dich in Praxis und Theorie von PMT SwingWalking[®] zu vertiefen ist die Grundlage für einen erfolgreichen Abschluss der Ausbildung.

Allerdings empfehlen wir den Besuch eines Basic-Kurses oder Tagesseminars bei einer/m lizenzierten PMT SwingWalking[®]-Trainer/in. Dadurch wirst Du schon vor Ausbildungsbeginn mit der Schwungaustösetechnik und den Grundgedanken von PMT SwingWalking vertraut sein.

Prüfung

Das Lizenz-Modul (=Teil 2) der Ausbildung beinhaltet eine Prüfung. In der schriftlichen Prüfung geht es um die wesentlichen theoretischen Hintergründe von PMT SwingWalking[®], im praktischen Teil wirst Du eine Gruppe in Form einer kurzen Lehrsequenz anleiten, mit je einer Aufgabe aus den Bereichen Trampolintaining, Dehnen und Kräftigen.

Alles für das Lizenz-Modul erforderliche Wissen wird Dir im Basis-Modul vermittelt.

Zielpublikum – Deine Kunden

- Menschen, die eine gesundheitswirksame Bewegungsform suchen
- Einsteiger/innen, die ein niederschwelliges, aber effizientes Bewegungsangebot suchen
- Bewegungsgewohnte
- Menschen mittleren und fortgeschrittenen Alters
- Menschen mit ersten Beschwerden / Einschränkungen
- Menschen auf der Suche nach einem einfach umsetzbaren Bewegungsprogramm für zu Hause

Lizenz – so profitierst du

- Eigene Kurse anbieten unter dem geschützten Markennamen/Label
- Verwendung des Logos und Schriftzuges PMT SwingWalking[®]
- Persönliche Unterstützung für den Aufbau deiner Kurstätigkeit
- Publikation der Kurse auf der Website
- Persönlicher Login auf der Website mit grossem Download-Bereich
- Div. Vorlagen für eigene Werbung
- Bezug von Gratis-Flyern für die eigenen Kurse
- Ermässigung im Einkauf von Trampolinen, Medien und Zubehör
- Vergünstigte Preise für Weiterbildungen
- Usw.

Möglichkeiten nach der Trainer-Ausbildung

Die Trainer-Ausbildung eröffnet dir vielfältige Möglichkeiten von Angeboten für unterschiedliches Zielpublikum. Sicher findest du hier Angebote, die deinen persönlichen Präferenzen bezüglich Gruppengrösse, Altersgruppe etc. entsprechen.

Mögliche Angebote nach abgeschlossener Ausbildung:

- Basic-Kurse
- Advanced-Kurse
- Regelmässige Trainings:
- Privatlektionen und Personaltraining:
 - In Alterszentren und Seniorenbereich
 - In Firmen und Vereinen
 - In Wellness- und Freizeitbereichen von Ferien- und Seminarhotels

Nach dem Besuch von Aufbau-Modulen können zusätzlich Themenkurse und -Seminare angeboten werden:

- «Das Kreuz mit dem Kreuz» / Rückentraining
- «Trampolin statt Rollator» / Kurse für gangunsichere Personen
- Weitere Aufbau-Module in Planung