

Osteoporosetrainer:in

Kursnr.
23BTDG0135



Kurstermin

 08.11.2024 bis 09.11.2024

Unterrichtsdetails

Fr 15:15-21:30; Sa 09:00-16:00

16 Unterrichtseinheiten

Unterrichtsort

BFI Wien

Alfred-Dallinger-Platz 1

1030 Wien

Lernformat

Präsenz



Preis

€ 490,-

Förderpreis

€ 340,-



Alle Preise inkl. 10% USt.

Bitte beachten Sie die Rabatt- und Förderbedingungen. Mehr Informationen finden Sie unter bfi.wien.

Das erwartet Sie

Mit der steigenden Lebenserwartung der Menschen nimmt auch die Zahl derer zu, die an Osteoporose erkranken. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation WHO wird sich die Zahl der Knochenbrüche aufgrund von Osteoporose bis zum Jahr 2040 weltweit verdoppeln. Neben einer wirksamen Therapie ist die Prävention von entscheidender Bedeutung. Diese Weiterbildung vermittelt Ihnen die medizinischen Grundkenntnisse sowie wirkungsvolle Präventions- und Trainingsmaßnahmen. In der Folge können Sie Osteoporosegymnastik-Kurse durchführen und Menschen beim Umgang mit Osteoporose aktiv unterstützen.

Inhalte

- Epidemiologie
- Anatomische Grundkenntnisse zur Osteoporose
- Krankheitsverlauf, Risikofaktoren
- Muskeltraining
- Dehnungsübungen
- Koordinationsübungen
- Mobilisationsübungen
- Sport und Osteoporose
- Grundlagen der Rückenschule
- Aufbau einer Osteoporosegymnastikstunde
- Sturzprävention
- Ernährung (Mineralstoffe, Vitamine) und Osteoporose
- Pädagogische Aspekte

Nutzen und Karrieremöglichkeiten

- Diese Ausbildung ermöglicht es Ihnen, Kurse, Vorträge, Workshops etc. zum Thema Osteoporoseprävention eigenverantwortlich durchzuführen. Ihre Kenntnisse können Sie sowohl freiberuflich in Sport- und Seniorenvereinen, Kneipp-Aktiv-Clubs, Kuranstalten, Krankenhäusern, Seniorenresidenzen, Fitnesscentern und Ähnlichem anbieten oder innerhalb eines entsprechenden, bereits bestehenden Anstellungsverhältnisses als Zusatzleistung einbringen.

Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das BFI Wien Zeugnis und dokumentieren dadurch offiziell Ihr Können.

Voraussetzungen

- Mindestalter 18 Jahre
- Medizinisches und sportliches Grundwissen

Zielgruppe

Physiotherapeut:innen, Übungsleiter:innen, Fitness- sowie Gesundheitstrainer:innen, Angehörige von Pflegeberufen und Heimhelfer:innen, Therapeut:innen, Masseur:innen, Seniorentainer:innen, Wellnesspersonal in Hotels sowie interessierte Personen

Bitte beachten Sie

Turnbekleidung und Handtuch bitte mitbringen!