



# GesundheitsCoach mit Zertifikat

<b>Beschreibung</b>	Möchten Sie andere Menschen dabei unterstützen, einen gesunden Lebensstil zu erlangen? In dieser Weiterbildung lernen Sie, wie Sie Menschen erfolgreich darin beraten können, ihr Gesundheitsverhalten nachhaltig zu verbessern. Sie können Ihre Kunden motivieren, sich mehr zu bewegen und wissen, welche Bewegungsarten Sie verschiedenen Personen empfehlen können. Sie können die Aspekte Ernährung, Bewegung und Entspannung zu ganzheitlichen Konzepten kombinieren und in Ihre Beratungen integrieren. Sie können ganzheitliche Konzepte zur individuellen Gesundheitsförderung anbieten.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Was ist Gesundheit und ein gesunder Lebensstil?</li><li>• Einfluss von Bewegung/Entspannung auf die Gesundheit</li><li>• Aufbau und Ablauf einer erfolgreichen Gesundheitsberatung</li><li>• Motivation und Coaching von langfristige Verhaltensänderungen</li><li>• Zielgruppengerechte Bewegungs- / und Entspannungsangebote</li><li>• Praxis Bewegung und Entspannung: Einblick in verschiedene Kursangebote</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Abgeschlossene Ausbildung ErnährungsCoach, Wellness/ VitalTrainer/in oder Trainer/in Bewegung&Gesundheit
<b>Zielgruppe</b>	ErnährungsCoachs, Wellness/VitalTrainer/innen, Trainer/innen Bewegung & Gesundheit
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie kennen die Aspekte eines gesunden Lebensstils.</li><li>• Sie können ganzheitliche GesundheitsCoachings bei gesunden Erwachsenen durchführen.</li></ul>
<b>Abschluss</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zertifikat der Klubschule Migros</li></ul>
<b>Datum</b>	17.10.2020 - 27.11.2020 / 1K_183904
<b>Zeit</b>	08:30 - 12:15 h
<b>Wochentage</b>	Fr;Sa
<b>Dauer</b>	Total 29.00 Lektion(en)
<b>Preis</b>	CHF 960.00
<b>Durchführungsort</b>	Jurastrasse 4, 4053 Basel

Termine	Tag	Zeit
---------	-----	------

<b>Klubschule Migros Basel-Gundelitor</b> Jurastrasse 4 4053 Basel	Tel. +41 58 575 87 00 <a href="mailto:klubschule@migrosbasel.ch">klubschule@migrosbasel.ch</a> <a href="http://klubschule.ch">klubschule.ch</a>
--	---





# GesundheitsCoach mit Zertifikat

Termine	Tag	Zeit
	1 Fr	08:30 - 12:15
	2 Sa	08:30 - 12:15