

Michael Frank
Blumberger Damm 6
12683 Berlin



TEILNAHMEBESCHEINIGUNG

Bildungseinrichtung des Landessportbundes Brandenburg e. V. und anerkannt vom Ministerium für Bildung,
Jugend und Sport des Landes Brandenburg als Träger der Erwachsenenbildung

Herr Michael Frank

Lehrgang: Grundlagen Faszientraining - das dynamische Bewegungsprogramm (192417)

Termin: 19.10.19 - 20.10.19

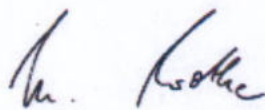
Umfang: 15 Lerneinheiten (LE)

Leitung: Monika Moudjéné

Inhalte:

- Theoretische Grundlagen des Faszientrainings
- Die myofaszialen Leitbahnen- Theorie – praktische Beispiele
- Kleingruppentraining –praktisches Üben der neuen Bewegungsmuster
- Faszien Massage mit dem Foamroller
- Besprechung der Stundenphasen (*Methodik/Didaktik*)

Potsdam, 20.10.2019



Manfred Wothe
Geschäftsführer
Europäische Sportakademie Land Brandenburg gGmbH