

Kurs 5 Übungsbögen

NEL Training® und Übungsbögen

Erklären und Üben der einzelnen Übungen.

Zusammenführen der Anamnese und des Screenings zum Erstellen eines Übungsprogramms.

Ziel

Die TeilnehmerInnen lernen die praktische Durchführung der einzelnen Übungen des NEL Trainings.

Lerninhalte

- Wiederholen der theoretischen und praktischen Kenntnisse aus den Kursen 1–4
- Erlernen der praktischen Durchführung der Bewegungsübungen des NEL Trainings
- Erlernen der Bedeutung und Wirkung jeder einzelnen Bewegungsübung des NEL Trainings
- Anhand der genannten Lerninhalte werden individuelle Übungsprogramme für den Praxisalltag erarbeitet

Methodik

- Geleitetes Unterrichtsgespräch
- Praktisches Üben
- Auswertung und Feedbackrunde