



AUSBILDUNG ZUM G3-COACH

Ein Spezialseminar für Betriebsräte und Gesundheitsvertrauenspersonen

Ausbildungsleitung: Mag. Haris G. Janisch

Mag. Christian Oberwagner, MBA

Nicole Radel

Ausbildungsziele: Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers

Grundlagen des körperlichen Trainings

Die 8 KI-DOs in Anwendung

Grundlagen der Ernährung

Grundlagen der Entspannung

Grundlagen der Motivation

Grundlagen und Prinzipien des Coachings

Selbsterfahrung

Anwendung und Interpretation des Body Impedanz Messgeräts

Outdoor – Die Natur als Trainingsort

Ausbildungsdauer: 2 Wochenenden jeweils Samstag und Sonntag

Ausbildungstermine: werden in Absprache mit den TeilnehmerInnen erstellt

Preis: € 899,- (exklusive Reise- und Übernachtungskosten)

Die Anmeldung zum Seminar erfolgt direkt über unser Kontaktformular auf

www.lebensstilberatung.at