

### Aus- und Weiterbildungen Dauer und Preise (Alle Preise in € incl. MwSt.)

| Ausbildung  |      | Beschreibung   | Tage  | UE*** | Mitglied € | N-Mitglied € |
|---|------|--|-------|-------|------------|--------------|
| DNV Nodric Walking Instructor                           |      | Grundlagen Technik und Methodik im Unterricht                                | 2     | 22    | ****259    | **** 259     |
| ALFA Instructor   | */** | Professionell unterrichten (Teil 1 ALFA Coach)                               | 5     | 60    | 799        | 799          |
| ALFA Coach  | */** | Premiausbildung zum Bewegungs- und Entspannungscoach                         | 2 x 5 | 200   | 1498       | 1498         |
| Weiterbildungen   |      | Beschreibung   | Tage  | UE*** | Mitglied € | N-Mitglied € |
| Refresher / Lizenzverlängerung / Lizenzerweiterung 2011 | *    | zur Verlängerung der Lizenz bzw. zur Erweiterung auf Instructorlizenz        | 1     | 10    | 99         | 129          |
| Lizenzerweiterung 2011                                  | *    | 1. Tag Instructorausbildung bzw. 1. Tag Powerdays                            | 1     | 10    | 119        | 139          |
| Lizenzanerkennung / Teilnehmer anderer Verbände         |      | 1. Tag Instructorausbildung bzw. 1. Tag Powerdays                            | 1     | 10    | 129        | 129          |
| Powerdays   | *    | 2 Tage Weiterbildung mit neuen Impulsen für den Unterricht                   | 2     | 20    | 179        | 199          |
| 1. Tag Powerdays / ALFA aktuell                         | *    | Individuelle Verbesserung / zählt als Refresher / Lizenzverlängerung         | 1     | 10    | 119        | 139          |
| 2. Tag Powerdays / Spezialthema                         | *    | Bereich: Anatomie, Entspannung, Trainingslehre, Wissenschaft usw.            | 1     | 10    | 119        | 139          |
| Nordic Business / Telefonseminar                        | *    | Beruflich Erfolgreich mit Nordic Walking, Gruppencoaching                    | 5     | 10    | 99         | 129          |
| Vitalstoffcoach / Telefonseminar                        | *    | Risikofaktor Vitaminmangel, Grundlagen Mikronährstoffe                       | 5     | 10    | 99         | 129          |
| Schlank im Schlaf / Telefonseminar                      | *    | Eiweiße, Fette, Kohlenhydrate, Insulinspiegel, Ernährung                     | 5     | 10    | 99         | 129          |
| DNV Jahreskongress Bad Mergentheim                      | *    | 2 Tage Wissenschaft, Erfahrungsaustausch, Neue Anregungen                    | 2     | 20    | 99         | 129          |
| 1 Kongresstag   | *    | 1 Tag Wissenschaft, Erfahrungsaustausch, Neue Anregungen, Party              | 1     | 10    | 69         | 99           |
| Weiterbildungen / Seminare                              |      | Beschreibung   | Tage  | UE*** | Mitglied € | N-Mitglied € |
| ALFA Walking / Erfolgreich unterrichten                 | *    | Expertentraining. Methodiktraining. Tipps und Tricks. Differenzielles Lernen | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| ALFA Running / Laufseminar                              | */** | Leichtlaufprogramm, Laufen für die Seele, ALFA und 7 Steps des Laufens       | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| ALFA Wellness / Body-School                             | */** | Trainingsprogramme für Gesundheit, Körpergefühl und Wohlbefinden             | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| ALFA Workout 4 x 6                                      | */** | Fitnessstraining für In- und Outdoor. Zirkel- und Stationstraining.          | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| ALFA Wellness / Progressive Muskelentspannung           | */** | Entspannungstrainer nach § 20 SGB V  | 2     | 20    | 279        | 329          |
| ALFA Wellness /Autogenes Training                       | */** | Entspannungstrainer nach § 20 SGB V  | 2     | 20    | 279        | 329          |
| ALFA Walking Trail and Beach                            | *    | Nordic Walking Varianten auf Mallorca  | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| ALFA Wellness / Gew(ICH)ten - Figurcoaching             | */** | Bewegen, Ernähren, Entspannen, Coaching, Messen, Analysieren                 | 2,5   | 25    | 299        | 349          |
| Adaptives Ressourcenmanagement                          | */** | Ressourcen entdecken und neue Wege gehen                                     | 3     | 30    | 399        | 450          |

\* gilt als Lizenzverlängerung \*\* Kein INals Voraussetzung erforderlich \*\*\* E = Unterrichtseinheiten (45min) \*\*\*\*incl. 30 € Raum/Wasser/Obst für die gesamte Ausbildungszeit

Die hier angegebenen Preise sind unverbindlich, da sich im Laufe des Jahres Preisänderungen ergeben können.