



Herr Peter Schneble

geboren am 7. Juni 1958

hat vom 10. Dezember 2004 bis 12. Dezember 2004

erfolgreich an dem Lehrgang

Nordic-Walking-Instructor (IHK)

teilgenommen.

Der Lehrgang umfasste 30 Unterrichtsstunden.
Die Inhalte sind auf der Rückseite aufgeführt.

Offenburg, 12. Dezember 2004

IHK-Bildungszentrum
Südlicher Oberrhein GmbH

ppa.


Horst Fraas
Leiter IHK-Bildungszentrum Offenburg

INHALTE:

Teil I: Theorie

- **Geschichte und Entwicklung,**
- **Materialkunde - Gesundheitsaspekte**
- **Prävention - Verletzungsbilder**
- **Krankheitsbilder und NW, Indikation und Kontraindikation**
- **Anatomie, Biomechanik**
- **Physiologie, energetische Prozesse und Ernährung**
- **Trainingssteuerung und -planung,**
- **Leistungsparameter, Puls- und Pulskontrolle, Fettverbrennung**
- **Aufbau von Trainingseinheit und Kurs**
- **Marketing, Kooperation**

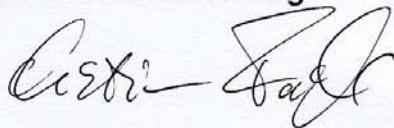
Teil II: Praxis

- **Vom Walking zum Nordic-Walking, WarmUp & Cool-Down,**
- **Ausgleich und Kräftigung**
- **Grundtechniken, Technikvarianten**
- **Spielformen, 7-Steps, Drills**
- **Zielgruppenspezifisches Training**
- **Methodik und Didaktik, Fehlersehen und Fehlerkorrektur**
- **Videoanalyse**

Der Lehrgang wurde in Kooperation mit:

PRÄMOTION
Sportmedizinische Contents & Consulting
Christian Faigle

durchgeführt.



Nordic Walking Instructor (IHK) 10.12.04 - 12.12.04



Teilnahmebescheinigung Nr. **EH-05001/19**

Peter
Vorname

Schneble
Nachname

07.06.1958
Geb.datum

hat vom 15.01.2005 bis 16.01.2005 in Freiburg
an einem 8 Doppelstunden umfassenden Lehrgang

Ausbildung in Erster Hilfe

unter der Leitung von ,
teilgenommen.

Der Kostenbeitrag von Euro 30,00 wurde entrichtet.

Freiburg, 16.01.2005



Anschrift
Rümsinger Weg 15
79111 Freiburg im Breisgau

Telefon (0761) 8 85 08-0
Telefax (0761) 8 85 08-66