



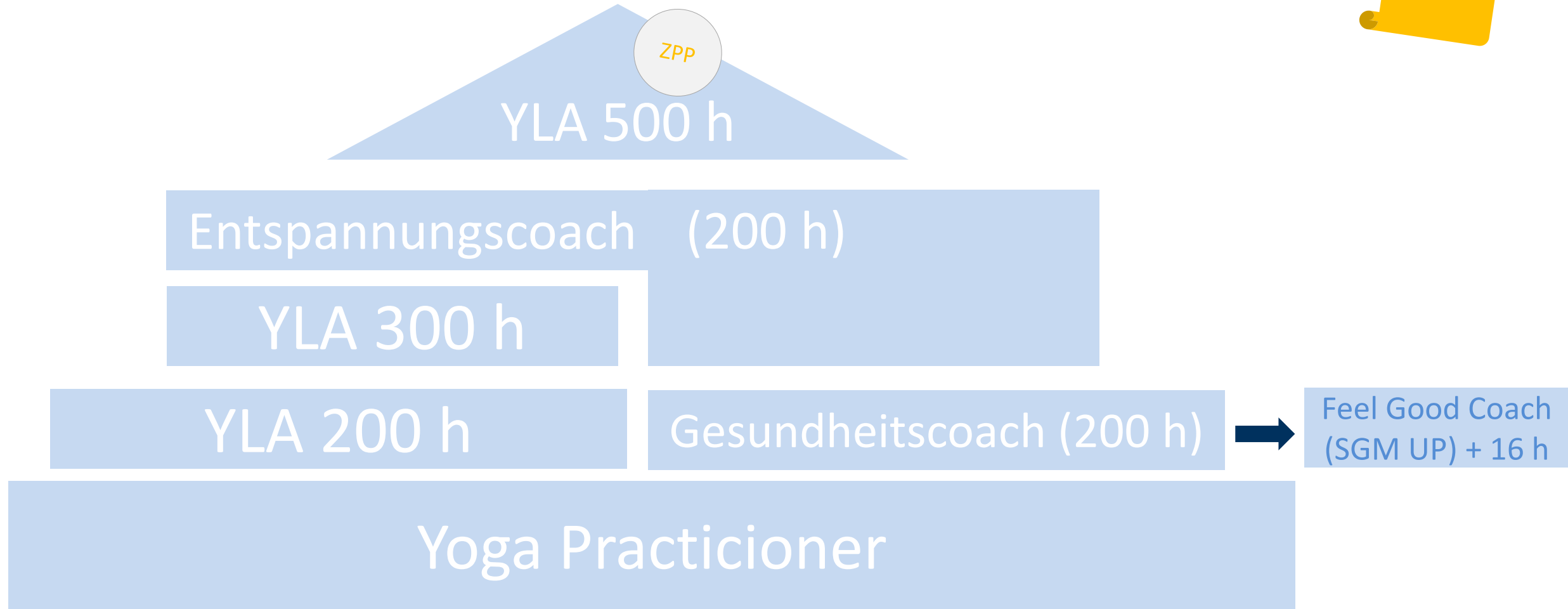
# Ausbildung zum Gesundheitscoach



Hochschulsport Potsdam



# Angebotsübersicht





# Inhalte Gesundheitscoach

- Ernährung aus westlicher und ayurvedischer Sicht
- Gesundheitsförderung und Prävention
- Grundlagen Bewegungswissenschaft & Training
- Grundlagen Anatomie
- Krankheitslehre

Yoga und Ayurveda als ganzheitliche Basissysteme für die Balance aller Gesundheitsaspekte

Yogapraxis/Selbsterfahrung

Anleitung von Mobilisations- und Entspannungselementen

Persönliche Beratung



Feel Good Coach (+16h)