



Kurs: ÜL - B Prävention Bewegungsraum Wasser - Teil 3

Aqua In

Das Bewegungskonzept Aqua In[®] verbindet wirkungsvoll Elemente aus verschiedenen Wasser-Bewegungs-Programmen, wie Schwimmen, Wassergymnastik, Aquafitness und Aquajogging.

Die Körperübungen werden neu strukturiert und mittels Bildtafeln veranschaulicht.

Das Konzept hat das Ziel, Teilnehmer im Sinne des sportlichen Übens anzuleiten. Gleichzeitig ist Aqua In, dem gesundheitsrelevanten Gedanken der Prävention folgend, ein durchdachtes und erprobtes Konzept, das allen Interessierten Anregung und Unterstützung zum selbstständigen Üben im Wasser gibt.

Deshalb wird Aqua In von allen gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsangebot anerkannt. Die Zentrale Prüfstelle Prävention führt das Konzept in seiner online Datei als Präventionsangebot im Wasser. Für die Teilnehmer an Aqua In Kursen bedeutet das, dass ihre Teilnahme an einem Aqua In Kurs aktiv unterstützt und bezuschusst wird.

Nach erfolgreichem Abschluss der 20- stündigen Fortbildung erhalten die Teilnehmer/innen der Ausbildung des Sächsischen Schwimm-Verbandes ein Zertifikat, das sie als Aqua In Kursleiter/in auszeichnet und mit dem sie automatisch nach der aktuellen Fassung der §§ 20 und 20a SGB V Partner der Krankenkassen für Aqua In sind.

Inhalte:

Theorie (Inhalt und Methode des Präventionsangebotes Aqua In[®] | Kernübungen Aqua In[®] | Planung von Kurseinheiten)

Praxis (Kernübungen Schwimmen + Aquafitness, Übungsbeispiele)

Termin: 19.03.-20.03.

Ort: Universitäts-Schwimmhalle Leipzig, Mainzer Straße Leipzig

Gebühr: 170,00 € (inkl. Imbiss, Aqua In - Material und Aqua In - Lizenz); 110,00 € (für Mitglieder des Sächsischen Schwimm-Verbandes)

Referenten: Dr. Birgit Schmid