

Lehrplanung

Herbst 2022 & Frühling 2023

Diplom Master Trainer für evolutionäre Gesundheit & Lifestyle - DMT

Dauer:

15,25 Wochenenden (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
08./09.10.2022	Functional Training	Injoy / Online
15./16.10.2022	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online
10./11.09.2022	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online
17./18.09.2022	Leber, Pankreas, Insulinresistenz, Schilddrüse und HRV	Fitnessland / Online
24./25.09.2022	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
01./02.10.2022	Disziplinen des Denkens, Emotionen & Empfindungen	Online
22./23.10.2022	Körperachsen & Hormone	Fitnessland / Online
29./30.10.2022	Gehirn, Neurocoaching & psychische Interventionen	Fitnessland / Online
04./05./06.11.2022	Stoffwechsel, Immunsystem, Knochen & Neurodegeneration	Injoy / Online
12./13.11.2022	Haut, Mikrobiom-Analyse & Lifestyle-Interventionen	Fitnessland / Online
19./20.11.2022	Diagnostik, Knie, Sprunggelenk, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
26./27.11.2022	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.12.2022	Functional Reha Training	Injoy / Online
10./11.12.2022	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.12.2022	Neuroathletik	Injoy / Online

* 17.00-21.00 Uhr

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
04./05.02.2023	Disziplinen des Denkens, Emotionen & Empfindungen	Online
25./26.02.2023	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online
04./05.03.2023	Leber, Pankreas, Insulinresistenz, Schilddrüse und HRV	Fitnessland / Online
11./12.03.2023	Körperachsen & Hormone	Fitnessland / Online
18./19.03.2023	Functional Training	Injoy / Online
25./26.03.2023	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online
22./23.04.2023	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
31.03.*/ 01./02.04.2023	Stoffwechsel, Immunsystem, Knochen & Neurodegeneration	Injoy / Online
15./16.04.2023	Gehirn, Neurocoaching & psychische Interventionen	Fitnessland / Online
06./07.05.2023	Haut, Mikrobiom-Analyse & Lifestyle-Interventionen	Fitnessland / Online
13./14.05.2023	Functional Reha Training, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
20./21.05.2023	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.06.2023	Functional Reha Training, Diagnostik, Knie, Sprunggelenk	Injoy / Online
10./11.06.2023	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.06.2023	Neuroathletik	Injoy / Online

* 17.00-21.00 Uhr

Diplomierter Personal Trainer für Functional Movement und Medical Fitness - DFMMFT

Dauer:

8 Wochenenden (7 Wochenenden bei nachgewiesenen Kenntnissen in Anatomie, Physiologie, Trainingslehre)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
24./25.09.2022	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
08./09.10.2022	Functional Training	Injoy / Online
15./16.10.2022	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online
19./20.11.2022	Diagnostik, Knie, Sprunggelenk, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
26./27.11.2022	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.12.2022	Functional Reha Training	Injoy / Online
10./11.12.2022	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.12.2022	Neuroathletik	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
22./23.04.2023	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
18./19.03.2023	Functional Training	Injoy / Online
25./26.03.2023	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online
13./14.05.2023	Functional Reha Training, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
20./21.05.2023	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.06.2023	Functional Reha Training, Diagnostik, Knie, Sprunggelenk	Injoy / Online
10./11.06.2023	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.06.2023	Neuroathletik	Injoy / Online

Diplom Trainer der Psychoneuroimmunologie - DPNI

Dauer:

8,25 Wochenenden (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
01./02.10.2022	Disziplinen des Denkens, Emotionen & Empfindungen	Online
24./25.09.2022	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
10./11.09.2022	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online
17./18.09.2022	Leber, Pankreas, Insulinresistenz, Schilddrüse und HRV	Fitnessland / Online
22./23.10.2022	Körperachsen & Hormone	Fitnessland / Online
29./30.10.2022	Gehirn, Neurocoaching & psychische Interventionen	Fitnessland / Online
04./05./06.11.2022	Stoffwechsel, Immunsystem, Knochen & Neurodegeneration	Injoy / Online
12./13.11.2022	Haut, Mikrobiom-Analyse & Lifestyle-Interventionen	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
04./05.02.2023	Disziplinen des Denkens, Emotionen & Empfindungen	Online
25./26.02.2023	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online
04./05.03.2023	Leber, Pankreas, Insulinresistenz, Schilddrüse und HRV	Fitnessland / Online
11./12.03.2023	Körperachsen & Hormone	Fitnessland / Online
31.03./ 01./02.04.2023	Stoffwechsel, Immunsystem, Knochen & Neurodegeneration	Injoy / Online
15./16.04.2023	Gehirn, Neurocoaching & psychische Interventionen	Fitnessland / Online
22./23.04.2023	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online
06./07.05.2023	Haut, Mikrobiom-Analyse & Lifestyle-Interventionen	Fitnessland / Online

Diplom Trainer für Medizinische Fitness - DMF

Dauer:

5 Wochenenden (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
19./20.11.2022	Diagnostik, Knie, Sprunggelenk, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
26./27.11.2022	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.12.2022	Functional Reha Training	Injoy / Online
10./11.12.2022	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.12.2022	Neuroathletik	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
13./14.05.2023	Functional Reha Training, Schulter, Ellbogen & Handgelenk	Injoy / Online
20./21.05.2023	Wirbelsäule, Hüfte, Becken & Internistische Krankheitsbilder, Osteoporose, Erste Hilfe	Injoy / Online
03./04.06.2023	Functional Reha Training, Diagnostik, Knie, Sprunggelenk	Injoy / Online
10./11.06.2023	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online
17./18.06.2023	Neuroathletik	Injoy / Online

Trainer für funktionelles Training und differenziertes Krafttraining - FDK

Dauer:

2 Wochenenden (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
08./09.10.2022	Functional Training	Injoy / Online
15./16.10.2022	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
18./19.03.2023	Functional Training	Injoy / Online
25./26.03.2023	Differenziertes Krafttraining	Injoy / Online

Bewegung & Training - Grundlagen für Coaches - GC

Dauer:

1 Wochenende (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
24./25.09.2022	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
22./23.04.2023	Grundlagen Bewegung & Training	Fitnessland / Online

Ernährungstrainer nach PNI - PNIE

Dauer:

1 Wochenende (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
10./11.09.2022	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
25./26.02.2023	Einführung in die PNI, Ernährung, Darm & Herz	Fitnessland / Online

Faszientrainer inkl. Taping & Flossing - FTF

Dauer:

1 Wochenende (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
10./11.12.2022	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
10./11.06.2023	Faszientraining, Taping & Flossing	Injoy / Online

Neuroathletik - NA

Dauer:

1 Wochenende (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Herbst 2022:

Termine	Modul	Ort
17./18.12.2022	Neuroathletik	Injoy / Online

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
17./18.06.2023	Neuroathletik	Injoy / Online

Practitioner in Angewandter Atemwissenschaft - PAA

Dauer:

3 Wochenenden (09:15 bis ca. 18:00 Uhr)

Lehrplanung Frühling 2023:

Termine	Modul	Ort
18./19.02.2023	Psychophysiologie der Atmung, Messung der Atmung und ihrer Einflüsse auf das Nervensystem sowie die Skelettmuskulatur	Online
25./26.02.2023	Atmung und Performance, Atmung und Gesundheit	Online
04./05.03.2023	Atmung und Persönlichkeit, Atemschulen und Techniken	Online