



Helmut Petz
Lärchenweg 5
8811 Scheifling
Tel: 0664-4026546
office@helmut-petz.at

Sportverletzung - Prävention - Selbsthilfe

Tageskurs für Trainer und Funktionäre **Wettkampfsport und Training werden im Jugend- und** **Erwachsenenbereich immer intensiver, daher steigt auch das** **Risiko einer Verletzung.**

Therapeuten und Betreuer kosten gerade in diesem Bereich viel Geld, das aus meiner Erfahrung nicht vorhanden ist. In diesem Tageskurs werden Sie erlernen, die Statik und Bewegungsabläufe Ihrer Sportler zu deuten und zu analysieren.

Danach werden Sie sich einfache Griffe aneignen, mit denen Sie auf Muskulatur und Blockaden im Körper zu reagieren. Diese präventiven Griffe können sehr oft Beschwerden im Vorfeld auslösen und größere Verletzungen verhindern.

ORT: 8714 Kraubath, Hauptstraße 8

TERMIN: 16. 02. 2019 Modul A

23. 03. 2019 Modul B

Modul A: Kursdauer 5 Stunden „Beckenschiefstand und Oberkörper“

Modul B: Kursdauer 5 Stunden „Unterkörper und Auffrischung von Modul A“

Kosten pro Teilnehmer € 150.- inkl. Kursunterlagen und einer DVD der Griffe

Beginn: 8:00 Uhr

Maximale Teilnehmerzahl: 12 Personen

Der Kurs kann bei entsprechender Teilnehmeranzahl auch in Ihrer Wohngemeinde stattfinden.