

HFA eigene Ausbildungen

A	Nordic Walking Training
Abnehmkonzept Body light®	Nordic Walking Kursplanung & Modellstunden
Achtsamkeit Basisseminar / Aufbauseminar	Nordic Walking Aufbautechniken u. Trainingsperspektiven
Aerobic Fun - Bewegungsfreude mit Kleingeräten	Nordic Walking Therapie & Rehasport
Aqua Baby-und Kleinkindschwimmen	P
Aqua Trainer Basic (ZPP)	Pilates Trainer Basic (ZPP)
Aqua Training Rehasport	Pilates Teach - Methodik & Didaktik
Aqua Workshop Flachwasser	Pilates Advanced
Aqua Workshop Tiefwasser	Pilates - aktives Faszientraining
Aqua Workshop Senioren	Pilates für den Rücken
Aqua Workshop Spielformen und Koordinationstraining	Pilates für Senioren
Aqua Schwimmkurs für Kinder	Pilates Großgeräte (Reformer / Allegro)
Autogenes Training	Pilates in der Schwangerschaft
B	Pilates Kleingeräte Workshops
Bauch-Rücken-Highlight	Pilates Personal Pilates
BGF - Rückenaktiv im Betrieb (ZPP)	Pilates Therapie & Rehasport
BGM Fachkraft	PMR - Progressive Muskelrelaxation
Betrieblicher Gesundheitsmanager (IHK - Zertifikat)	R
Brain Fit	Rückengesundheit Kursleiter (ZPP)
Brain Fit Senior	RückenFit - Das Präventionskonzept (ZPP)
C	Rückenschullehrer (ZPP)
CardioFit Indoor (ZPP)	Rücken - BGF - Rückenaktiv im Betrieb (ZPP)
CardioFit Indoor Praxisworkshop	Rückenübungen und Stundenbilder mit Kleingeräten
CardioFit Outdoor (ZPP)	Rücken: Bauch-Rücken-Highlight
E	Rücken: Tiefe Rückenmuskulatur
Entspannung Autogenes Training	Rücken: Wirbelsäulengymnastik für Senioren (ZPP)
Entspannung PMR	Rücken: Pilates für den Rücken
Entspannung: Achtsamkeit Basisseminar / Aufbauseminar	Rücken: Yoga für den Rücken
Entspannung: Die Kraft des Atems	S
Entspannung: Meditation	SeniorFit - Präventionsprogramm für Senioren
Entspannung: Stressmanagement	SeniorAktiv 75+
Entspannung: Work Life Balance	Sensomotorisches Koordinationstraining
Ernährung: Mikronährstoffe	Sling Fitness-Training (SFT)
F	Spiele, Bewegungsspaß und Erwärmungsvarianten
FaszienFit - aktive Faszienarbeit / Aufbaukurs (ZPP)	Stressmanagement
Führungskräfte Seminare	Sturzprävention Trainer - Präventives Kurskonzept (ZPP)
Functional Fitness Training / Aufbaukurs (ZPP)	T
Functional Movement Training Basic / Aufbau (ZPP)	Taping Kinesiologisches Taping
Functional Training Outdoor / Aufbaukurs (ZPP)	Training tiefer Rückenmuskulatur
Functional Coach	W
K	Work Life Balance & Resilienztraining
Kindersport (1,5-6 Jahre) – Basisausbildung mit Zertifikat	Y
KinderFit (ab-6 Jahre) (ZPP)	Yoga Lehrer HFA "Yoga for health" (ZPP)
Kindersport - Aufbauseminar	Yoga Kursleiter
Kinesiologisches Taping	Yoga: BalanceYoga
Kleine Spiele, Bewegungsspaß und Erwärmungsvarianten	Yoga Didaktik, Feinarbeit & Präzision
Koordination -health- sensomotorisches Koordinationstraining	Yoga Faszien
Koordination - group fitness - ReCo Fit® (ZPP)	Yoga für den Rücken
Kursleiter im Gesundheits- und Fitnesport	Yoga für Kinder
M	Yoga in der Therapie
Mikronährstoffe - kennen verstehen & richtig anwenden	Yoga in der Schwangerschaft
N	Yoga Präzision durch Hilfsmittel
Nordic Walking Basisausbildung (ZPP)	Z
Nordic Walking Basis-Refresher "Technik"	ZirkelFit - Das Präventionskonzept (ZPP)
Nordic Walking Koordination	ZPP Einweisung in ZPP-Kurskonzepte