



## **4 Steps – 4M!oves** **„TRAIN THE TRAINER“ – Ausbildungsreihe 2012**

Ich höre und vergesse, ich sehe und behalte, ich tue und verstehe." (Konfuzius)

Das Programm dieser Ausbildungsreihe ist zugeschnitten auf **alle Personen, TrainerInnen, InstruktorInnen, oder ÜbungsleiterInnen**, die schon jetzt (Musik) gymnastik leiten oder sich auf eine solche Betätigung vorbereiten.

### **Ziele:**

- wirkungsvolle Einheiten vorbereiten und durchführen
- methodische Aufbau von Übungseinheiten unter Berücksichtigung der Trainingslehre
- Inhalte kompetent vermitteln und Menschen begeistern ("M!ovetivation-Methode")
- eigenes Trainingsverhalten verbessern
- besser mit Störungen umgehen

### **Inhalte:**

- wie plane und gestalte ich meine Einheiten
- was muss ich bei der Vorbereitung beachten
- welches sind die Schlüsselemente für eine erfolgreiche Einheit
- was ist beim Einsatz von Trainingsmethoden zu beachten
- wie gestalte ich meine Einheiten (Anfang und Schluss)
- wie vermittele ich Inhalte
- meine Wirkung als TrainerIn, InstruktorIn, ÜbungsleiterIn auf meine TeilnehmerInnen
- wie gehe ich mit Störungen und schwierigen Situationen in einer Einheit um
- praktische Übungen und Demos

### **Methoden:**

- **Trainerinput, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, Übungen**

### **TrainerInnen:**

- **Mr. Move it!**®
- **Barbara Lechner**

### **Kursort:**

- **Graz**

### **Kurstermine:**

- **Teil 1: 29.01.2012**
- **Teil 2: 25.03.2012**
- **Teil 3: 23.09.2012**
- **Teil 4: 04.11.2012**



### Preisgestaltung:

- Jeder Kurs ist in sich geschlossen
- Über ein Jahr alle Kurse zu besuchen, bringt aber den optimalen Lerneffekt!
- Wir bieten ein gut durchdachtes, tolles **Bestpreis- Bestleistungspaket** an, das du in Anspruch nehmen kannst, wenn du alle 4 Einheiten besuchst!

### Bestpreis und Bestleistungspaket

- |  |      |
|--|------|
| • 4 Trainingstage/ bezahlt bis 29.01.2012        | 600€ |
| • 3 Trainingstage / bezahlt bis 25.03.2012       | 540€ |
| • 2 Trainingstage / bezahlt bis 23.09.2012       | 380€ |
| • 1 Trainingstag ( mit Voranmeldung )            | 199€ |
| • 1 Trainingstag ( am Eingang ohne Voranmeldung) | 240€ |
- Hast du dich für mehrere Tage angemeldet und kommst nicht an jedem Tag, zahlst du für jeden absolvierten Tag 200 Euro.

**Mehrtagespakete können nicht auf andere Personen übertragen werden.  
Es gibt keine Stornogebühr.**