

12.09.2006 - 09:32 Uhr

Neuer Lehrgang der Klubschule Migros: VitalTrainer

Zürich (ots) -

Die Lebensformen von älteren Menschen haben sich stark verändert. Fitness, Selbständigkeit und Aktivität sind zentrale Themen geworden. Die Klubschule Migros reagiert darauf mit dem neuen Diplomlehrgang VitalTrainer. Diese berufsbegleitende, zweijährige Ausbildung befasst sich mit der Erhaltung der Vitalität im Alter.

Wer möchte es nicht - bis ins hohe Alter aktiv, uneingeschränkt und erfüllt leben? Alterskrankheiten zu vermeiden und vital zu bleiben sind vor allem persönliche aber auch gesellschaftspolitische Anliegen. Und genau da setzt der neue Lehrgang der Klubschule Migros an, denn gezieltes Training erlaubt älteren Mensch, ihr Leben zu geniessen und aktiv zu gestalten.

Die ganzheitliche Ausbildung VitalTrainer richtet sich an Personen, die ältere Menschen bezüglich ihrer Lebensgestaltung beraten und begleiten. Aber auch wer Kurse bzw. Referate zu altersspezifischen Themen durchführen möchte, ist angesprochen. Die zweijährige Ausbildung ist nach den Richtlinien des Schweizerischen Verbandes für Weiterbildung (SVEB) aufgebaut. Als Partner für die Ausbildung konnte die Klubschule Migros das Bundesamt für Sport Magglingen und Ryffel-Running Kurse GmbH gewinnen.

Ausgebildete VitalTrainer gehen auf die Bedürfnisse ihrer Kunden ein, beraten sie umfassend und stellen für sie ein massgeschneidertes Wellness- und dosiertes Trainingsprogramm zusammen.

Der VitalTrainer ist bereits der siebte Lehrgang im Bereich Wellness und Sport der Klubschule Migros. Weitere Infos unter www.klubschule.ch.

Kontakt:

Koordinationsstelle der Klubschulen
Catherine Bissegger
Projektleiterin Ausbildungen Wellness und Sport
Direkt 044 277 20 18
E-Mail catherine.bissegger@mgb.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100009791/100515773> abgerufen werden.