

# Ausbildung zum smoveyWALKING-Guide

HEALTH IN  
YOUR  
HANDS



## smoveyWALKING liegt voll im Trend!

smoveyWALKING ist ein **Ganzkörpertraining** und sorgt gemeinsam, in der Gruppe für mehr **Motivation und Spaß** an der Bewegung.

Erfahre in der **Ausbildung**, wie du den **aktiven smoveySCHWUNG** vermittelst und die Walkingeinheiten durch **spezielle Übungen abwechslungsreich** gestaltest.



Interessant für alle

- die ihre eigene smoveyWALKING Technik verbessern möchten,
- die gerne andere Menschen in ihrer Bewegung unterstützen,
- die eine Ergänzung oder neue Herausforderung im Beruf oder in der Pension suchen,
- Trainer/innen und Mitarbeiter/innen in Vereinen, Unternehmen, Hotels, Schulen, Kuranstalten, Rehasentren,...

### Termine im Frühjahr 2019

Fr. 22.3., 24.5. 2019, jeweils 9:00 – ca. 17:30

**Ort:** Löwenburggasse 2/15, 1080 Wien

Teilnahmebeitrag: € 189,-

beinhaltet Zertifikat der smoveyACADEMY, smoveyWALKING-Guide Handbuch

Die Absolvierung der Ausbildung **befähigt** dich dazu, smovey-Walks und -Einführungen mit Einzelpersonen und Gruppen durchzuführen, und smoveyPARTNER zu werden.

### Mitbringen:

wetterfeste Kleidung, Trinkflasche.

### Inhalte der Ausbildung:

- Theorie: smovey-Geschichte, Produktion, Philosophie, Wirkungsweise der smoveys
- Praxis, outdoor: Methodik der smoveyWALKING-Technik, Grundhaltung, richtiges Korrigieren bei nicht korrektem Handling, Warm UP & Cool Down, Walking auf Geraden, Ansteigend und Absteigend, Walking unter Einbeziehung der urbanen Umgebung, Etappenübungen
- Tipps u. Infos für die Tätigkeit als smoveyWALKING-Guide, Berechtigungen als ausgebildeter Guide



ANMELDUNG + INFO BEI: Brigitte Weber . 0699 / 181 333 70 . [www.wellnessconcepts.at](http://www.wellnessconcepts.at)