

Silke Schreiber-Cordts

hat die Weiterbildung zum

Atemcoach

am 02.11.2024 an der **staatlich anerkannten Deutschen Berufsakademie** erfolgreich
abgelegt.

Die Ausbildung baut auf einer Basisqualifikation im Fitness- und Gesundheitsbereich auf und umfasst insgesamt 20 Unterrichtseinheiten Direktunterricht und 15 Stunden Selbststudium.

Folgende Inhalte wurden schwerpunktmäßig vermittelt:

- Atem- und Nervensystem
- Körperfunktion und Atmung
- Atemwegserkrankungen
- Aktive Atmung im funktionellen Training
- Atemübungen in der Natur
- Gehmeditation und Waldbaden
- Atmung für Post und Long Covid
- Meditation und Atempraxis
- Atmung im Praxistest

Die Absolventin ist in der Lage eigenverantwortlich ein zielgruppenspezifisches Training zu planen und durchzuführen.

Baunatal, den 02.11.2024

Claus Umbach

Claus Umbach
Direktor

