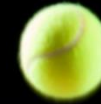


MOTION
ON COURT PRÄVENTION
GESUNDHEITSSPORT TENNIS

Jetzt neu...



Ausgezeichnet mit dem Prüfsiegel „Deutscher Standard Prävention“
Möglichkeit für Trainer Kurse mit Bezuschussung der Krankenkassen anzubieten!



www.motion-on-court.de

Lizenzierung Motion on Court



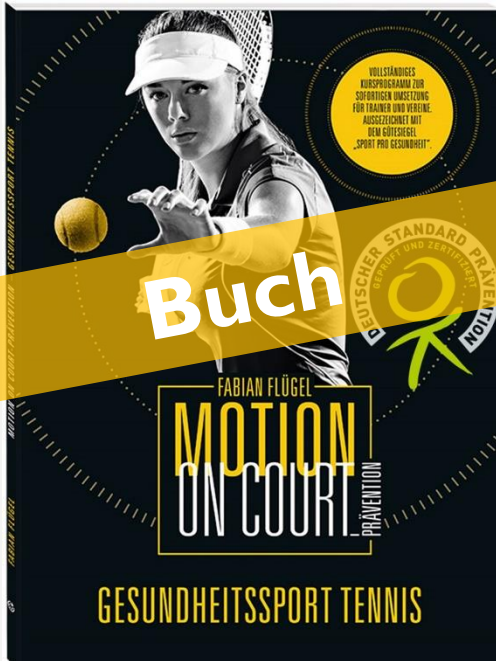
Leistungsumfang:

- Schulung in das Motion on Court Konzept mit persönlicher Lizenzierungsurkunde (notwendig für die ZPP-Zulassung)
- Buch Motion on Court (UVP 49,90€)
- Aktuelles Skript mit den 10-Stundenbildern für den Kurs
- Marketingpower und Online-Präsenz von Tennis-People zur optimalen Bewerbung deiner Kurse
- Bei Bedarf und entsprechender Grundqualifikation:
Freischaltung bei der Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP)

Mit einer entsprechenden Grundqualifikation* kannst Du bei der ZPP Dein persönliches Prüfsiegel „Deutscher Standard Prävention“ beantragen und Kurse mit Krankenkassenbezuschussung anbieten.

* Geeignete Grundqualifikationen siehe letzte Seite.
Die Zertifizierung bei der ZPP ist 3 Jahre gültig!

Paketpreis
159,00€



Buch



Lizenzierungs-Urkunde



| Einheit | SCHWERPUNKT UND INHALTE | ZIELE DER EINHEIT UND HAUSAUFGABEN |
|---------|--|--|
| 1 | KENNENLERNEN UND ERSTE ÜBUNGEN <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung des Konzeptes, Zielsetzung, Fragen, Erwartungshaltung* • praktische Arbeitseinheit der einzelnen Substraten (TK, Spiele zum Kennenlernen und zur Entwicklung einer Gruppendynamik, elementare Fitnessübungen • Selbstkontrolle mittels Borg-Skala (RPE)* • Übungen zur Atemregulation* | <ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen (TK, Trage, U) und das Konzept „Motion on Court - Prävention“ • Praktiken (Erkennung) • erste Belastungsübungen (elementar) Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 1 Informationen zur richtigen Pulsmessung und zum Pulshalten sowie persönliche Gesundheitsdaten* |
| 2 | EINFÜHRUNG IN DIE TECHNIK DES PULSMESSENS UND BESTIMMUNG DER INDIVIDUELLEN TRAININGSPULMENGRENZE <ul style="list-style-type: none"> • „Ausdauer-Test“ • Übungen zur dem Herzschlag und Herzschlagmessung* | <ul style="list-style-type: none"> • Herzschlag und Training in der individuellen Trainingsherzfrequenz mittels Pulswatch* Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 2 Selbstregulation und Belastungsanpassung – Festlegung der individuellen Trainingsherzfrequenzen* |
| 3 | BELASTUNGSSTEUERUNG UND KONTROLLE <ul style="list-style-type: none"> • „gesundheitsorientiertes Ausdauertraining“ mittels „Motion on Court - Prävention“-Übungsplan • „Kardiorespirator - Einleitung“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Trainingsherzfrequenzen Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 3 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten* |
| 4 | AEROBES INTERVALLTRAINING UND FORTSCHRITT ZUR KRAFTIGEN VERMAGENDEN UND BEWEGLICHKEIT <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 4 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 5 | SPILLEN UND ANWENDUNG <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 5 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 6 | GEWUNDHEITSORIENTIERTES AUSDAUERTRAINING <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 6 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 7 | AUSDAUERENDES TRAINING <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 7 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 8 | AUF DAUER GESUND UND AKTIV <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 8 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 9 | ABSCHLUSSEINHEIT <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 9 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |
| 10 | ABSCHLUSSEINHEIT <ul style="list-style-type: none"> • „Kardiorespirator - Fortschritt“ • „Kardiorespirator - Fortschritt“ | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten • Verbesserung der Beweglichkeit Hausaufgabe: Selbstlernmaterial 10 Verbesserung der aeroben Grundlegungsdaten und der Beweglichkeit* |

10-Stundenbilder



Marketing-Paket

* IM WERBEMATERIAL BEFINDEN SICH DIE EINZELNEN TEILNEHMERHANDOUTS UND MATERIALIEN ZUM AUSDRUCKEN.

Schulungen zur Einweisung in das Konzept Motion on Court (4LE)

NEU:

Aktuell bis auf weiteres digital via Zoom-Online-Seminar möglich!

Individuell bei dir vor Ort:

Bei einer Mindestteilnehmerzahl von 4 Trainern führen wir individuelle Schulungen bei dir vor Ort durch.

Wir benötigen dafür einen Tennisplatz (Halle oder Outdoor) und 3 Stunden Zeit.

Die aktuellen Schulungstermine findest du auf unserer Website unter:
www.motion-on-court.de/fuer-trainer-und-vereine/

Grundqualifikation für eine ZPP-Zertifizierung

Zur Durchführung eines Motion on Court – Kurses ist neben der 3-stündigen Einweisung in das Konzept ist als Grundqualifikationen ein staatlich anerkannter bewegungsbezogener Berufs- oder Studienabschluss mit Nachweis von fachlichen Mindeststandards im Umfang von mindestens 750 Stunden notwendig.

Beispiele:

- Sportwissenschaftler/in
- Krankengymnast/in, Physiotherapeut/in
- Sport- und Gymnastiklehrer/in
- Ärztin/Arzt sofern sie im Rahmen einer

Du erfüllst die hohen Qualifikationsanforderungen der Krankenkassen nicht?

-> **Kein Problem!** Du kannst trotzdem erfolgreich Motion on Court – Kurse anbieten, dann nur eben ohne Erstattung durch die Krankenkassen. Mittlerweile bieten immer mehr Trainer Präventionskurse ohne Krankenkassenbezuschung an. Die Kurse sind trotzdem gut gefüllt und man spart sich eine Menge Bürokratieaufwand und ist deutlich flexibler in der Durchführung.

Das ZPP-Zertifikat



Zertifikat

Kooperationsgemeinschaft gesetzlicher Krankenkassen zur
Zertifizierung von Präventionskursen – § 20 SGB V

MOC – Ausdauernd fit und gesund

Kursleitung: Fabian Flügel

(Kurs-ID 20200121-1168937)

motiononcourt, Südring 18, 37124 Rosdorf

Die Kooperationsgemeinschaft gesetzlicher Krankenkassen zur Zertifizierung von Präventionskursen – § 20 SGB V bestätigt mit diesem Zertifikat, dass die Qualitätskriterien des „Leitfaden Prävention“ des GKV-Spitzenverbands zur Umsetzung des § 20 SGB V für den o.g. Präventionskurs erfüllt sind. Das Zertifikat ist gültig bis zum 27.02.2023.

Die Zertifizierung erfolgt mit Wirkung für:



Hier würde dein Name stehen!

Dein Vorteil – Beispielrechnung

Du führst einen 10-stündigen Kurs mit 10 Teilnehmern durch

Kursgebühr: 139€ p.P.

Einnahme: 1.390€ (= 139€ Stundenlohn)

Mit einer ZPP-Zertifizierung erhalten die Teilnehmer je nach Krankenkasse im Schnitt 80% der Kurskosten nach dem Kurs erstattet, sprich sie zahlen nur 27,80€ für den Kurs. Dafür müssen sie bei 8 von 10 Kursterminen anwesend sein, was vom Kursleiter auf der Teilnahmebescheinigung bestätigt wird. Achtung: Jede Krankenkasse hat individuelle Handhabungen mit Präventionskursen, daher sollten die Teilnehmer vor Kursstart bei ihrer Krankenkasse nachfragen, wie hoch die Erstattung ist.



INTERESSE?

**SCHICK UNS
EINE ANFRAGE
PER MAIL AN:**

**MOTIONONCOURT@
GMAIL.COM**