

ZERTIFIKAT

Ingelore Moisel

geb. am 05.11.1958

hat an der Konzeptschulung für das
standardisierte Kursprogramm

BEWEGEN STATT SCHONEN

EIN GANZKÖRPERKRÄFTIGUNGSPROGRAMM

teilgenommen.



**Pluspunkt
Gesundheit**
DEUTSCHER TURNER BUND

Das Programm ist ein Konzept zur Gesundheitsförderung auf Grundlage der gemeinsamen und einheitlichen Handlungsfelder der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von §§ 20 und 20a SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 01. Oktober 2018 (Leitfaden Prävention).



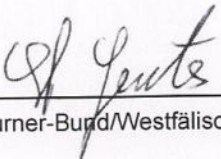
Auf Grundlage dieser Konzeptschulung und seiner abgeschlossenen Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe „Sport in der Prävention bzw. einer gleich- oder höherwertigen staatlich anerkannten bewegungs- und sportbezogenen Berufsausbildung, erlangt der Zertifikatsinhaber die Befähigung zur Durchführung des präventiven Gesundheitssportprogramms im Turn- und Sportverein. Für eine mögliche Rückerstattung der Teilnehmerkosten durch die Krankenkassen muss für den Kurs der Antrag auf Verleihung des Qualitätssiegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT / SPORT PRO GESUNDHEIT gestellt werden.



Dieses Konzept wurde wissenschaftlich evaluiert (Kennzeichnung: PRÄVENTIONSGEPRÜFT), entspricht den oben genannten Qualitätsanforderungen des Leitfadens Prävention und ist für Krankenkassen von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) geprüft und anerkannt worden.

Hamm, 12. August 2022

Ort, Datum


Deutscher Turner-Bund/Westfälischer Turnerbund

Zertifikat

**Frau
Ingelore Moisel**

geboren am 05.11.1958

hat an der Weiterbildung zum/zur

DTB-Rückentrainer*in

**vom 12.08.2022 bis 14.08.2022
in Hamm erfolgreich teilgenommen.**

Die Weiterbildung umfasste 25 Lerneinheiten (0,625 ECTS)
und wurde von Katrin Gleitze und
Renate Kullmann-Bragulla geleitet.

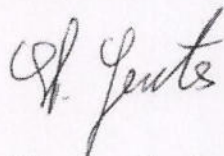
Inhalte (u.a.):

- Haltungsaufbau, Korrektur und Haltungstraining
- Muskuläre Dysbalancen
- Faszien im Rückentraining
- Core & Stability
- Sensomotorik im Rückentraining
- Psychosoziale Ressourcen im Rückentraining
- Spielerisches Bewegungstraining, Alltagstraining, Mobilisation, Dehnung
- Einführung in das Kurskonzept „Bewegen statt schonen“

Das Zertifikat ist gültig bis 31.12.2024

Hamm den 14.08.2022

DTB-Akademie NRW Hamm



**Stephan Gentes
Leiter DTB-Akademie NRW Hamm**