



Ausschreibung

„WALKING TO HEAVEN“

Ausbildung zum spirituellen Nordic Walking Instructor 03.- 05. Mai 2027

Die Ausbildung findet Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-B und C-Lizenz (mit 15 LE) und ist anerkannt im Rahmen des Bildungsfreistellungsgesetz.

Am Ende der Ausbildung erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat, das sie befähigt eine Nordic Walking Gruppe aufzubauen und anzuleiten sowie spirituelle Impulse zu setzen und/oder zu entwickeln. Zusätzlich erhalten sie eine Broschüre zum Thema.

DJK-Sportverband Diözesanverband Trier

Herzogenbuscher Str. 56
54292 Trier
Tel.: 0651-24040
info@djk-dv-trier.de
www.djk-dv-trier.de

Wer sich bewegt und gehend auf den Weg macht, bekommt den Kopf frei und öffnet sich für Gedankenanstöße und neue Erfahrungen. Dieser Erkenntnis nachkommend bietet die Ausbildung zum spirituellen DJK-NordicWalking Instructor sowohl Menschen aus dem Sport, wie dem kirchlichen Bereich, kreative Hilfe für ihre jeweilige Arbeit an. In dieser Ausbildung wird es natürlich in erster Linie darum gehen, die grundlegende Technik des Nordic Walking zu erlernen und zu vermitteln. Darüber hinaus wird aufgezeigt, wie Elemente in der Vermittlung genutzt werden können, um spirituelle Impulse zu setzen und eine individuelle Auseinandersetzung mit dem Glauben und dem Leben zu ermöglichen. Ansatzpunkte hierfür könnten z.B. sein: Bestandsaufnahme, Einüben, Festhalten und Loslassen, Korrektur, Rhythmus, Aufrichtung etc. Zur Teilnahme sind keine besonderen sportlichen Voraussetzungen nötig.

Lehrgangsinhalte:

- Nordic Walking Grundtechnik und Technikvariationen
- Nordic Walking meditativ und spirituell
- Gruppenarbeit zur Entwicklung von Impulsen
- Grundlagen des Herz-Kreislauf-Trainings
- Trainingssteuerung und-gestaltung
- Dehn- und Kräftigungsübungen
- Techniktraining –Korrekturen, Bewegungsanalyse, Videoanalyse
- Hintergründe (Geschichte, Material, Zielgruppen)
- Umsetzungsfragen

Termin: 03. bis 05. Mai 2027

Beginn: Montag, 10.00 Uhr

Ende: Mittwoch, 16.00 Uhr

Programm: Ein gesondertes Programm und alle weiteren nötigen Informationen werden Ihnen im Vorfeld der Veranstaltung zugesandt.

Ort: Sportschule Schöneck, Sepp-Herberger Weg 2, 76227 Karlsruhe-Durlach

Kosten: 300,- Euro incl. Übernachtung (DZ, EZ mit Aufpreis), Verpflegung, Lehrgangsmaterialien

Referent: Michael Gosebrink

Leitung: Rainald Kauer

Anmeldung bis zum 31. März 2027 per E-Mail, [hier](#) oder



Da max. 15 Personen teilnehmen können, entscheidet das Datum des Eingangs der Anmeldung.

