**INHALTE DER BOXTHERAPEUTISCHEN AUSBILDUNG**

Praxisteil:

Erfahrungen sammeln mit allen Boxgeräten

Trainieren am Doppelendball & Wandschlagpolster

Pratzenarbeit mit allen erlernten Schlagtechniken

Erlernen von Spezialschlägen & Kombinationen

Kommunikation, Interaktion & Mimikresonanz

Übungen für Konzentration & Wahrnehmung

Übungen für Kraftausdauer & Reaktion

Erlernen der komplementären Bedeutung des posturalen propriozeptiven Trainings (PPT)

Theorieteil:

Bedeutung des therapeutischen Boxens

Ziele & Anwendungen auf spezifische Krankheitsbilder, Symptome & Verhaltensweisen

Praxisorientierte Psychoedukation

Inhalte aus der Trainingslehre, Sportwissenschaft & Sportmedizin

Ernährung in Sport und Therapie

Nach dem erfolgreichen Abschluss Ihrer Ausbildung erlangen Sie die Zusatzqualifikation zur diplomierten Boxtherapeutin, bzw. zum dipl. Boxtherapeuten.