


## Kinder richtig heben und tragen - Rückenkraft und entspannte Schultern in Dresden

Bereich	Berufliche Weiterbildung
Preis	45,00 € (MwSt. fällt nicht an)  Bitte fordern Sie ein Angebot für Ihre Inhouse-Schulung bei uns an.
Termin	Termine auf Anfrage  nächster Termin: 2019
Tageszeit	Ganztags, Nach Vereinbarung
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01352323


### Beschreibung des Angebotes


Ziel der Weiterbildung:

Erzieher aus Kindertagesstätten und Tagespflegepersonal kennen das Problem: Verspannungen im Schulter-Nackengebiet und/oder Rückenschmerzen. Falsches Heben und Tragen von Babys und Kleinkindern schadet der Wirbelsäule. Vor allem ungewohnte neue Situationen, Stress und




**awv**  
Akademie für Wirtschaft  
und Verwaltung GmbH

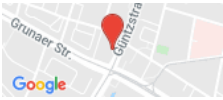
 [0351 4445-130](tel:03514445130)


 [Anbieter Infos](#)


**Ort**


**AWV - Akademie für  
Wirtschaft & Verwaltung  
GmbH (Seminare)**


 Güntzstraße 1  
01069 Dresden  
Deutschland



 [0351 4445-130](tel:03514445130)

 0351 4445-110

 [weiterbildung@awv.de](mailto:weiterbildung@awv.de)

 <http://www.awv.de>

Zeitnot führen oft dazu, dass die eigene Gesundheit vernachlässigt wird. Dabei lassen sich mit einigen einfachen Verhaltensregeln Probleme und Schmerzen vermeiden.

## Weitere Informationen zum Angebot

### Inhalte:

Wie kann man im Alltagsstress auf eine schonende Haltung und Bewegungsabläufe achten?

Wie kann man mit speziellen Übungen die Wirbelsäule stabilisieren?

Wie kann man muskuläre Dysbalancen verhindern?

Was sind die Ursachen von Rückenschmerzen?

Wie kann man bandscheibengerechte Haltungs- und Bewegungsmuster erlernen?

Wie kann man gut mit Schmerzen umgehen?

### Methoden:

Kurzer Dozenteninput

Funktionelle gymnastische Übungen

Haltungs- und Bewegungsschulungen

## Angebotsmerkmale

Form Präsenzveranstaltung

Sprache deutsch

Weitere Infos [Auf der Internetseite des Anbieters](#)

[Angebot manuell aktualisiert am 09.06.2018](#)