



Ausbildungsbeschreibung

Aufbau zum

Gesundheits-Coach

Tübingen

2024/2025



Tübinger Akademie
für Weiterbildung

<p>1. Einstieg ins Gesundheits-Coaching 24.-26. Oktober 2024 K. Eisenlohr</p>	<p>2. Medizinische Grundlagen 29.11. bis 01. 12. 2024 Dr. C. König</p>	<p>4. Ernährung 21.-23. 03. 2025 Dr. C. König</p>	<p>4. Betriebliche Gesundheitsförderung / Marketing 27.-29. 06.205 S. Andreadis / U. Landmann</p>
<ul style="list-style-type: none"> ■ Kennenlernen ■ Persönliche Arbeits- und Lebenssituation ■ Gesundheitsbegriff ■ Einsatzfelder und Modelle für Gesundheits-Coaching ■ Salutogenese ■ Persönliche Ziele ■ Brain Gym ■ Hui Chun Gong 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Das Herz-Kreislaufsystem ■ Organe und ihre Aufgaben ■ Blut- und Lymphsystem ■ Das Nervensystem ■ Der Bewegungsapparat ■ Die Wirbelsäule ■ Blase und Beckenboden ■ Umgang mit körperlichen Einschränkungen ■ Bewegungspausen Nordic Walking 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Grundlagen der Ernährung ■ Ernährungsphysiologie ■ Stoffwechsoptimierung ■ Gewichtsregulation ■ Entlasten durch Fasten ■ Kühlschrankcheck ■ Somatische Intelligenz ■ Essen und Psyche ■ Ernährungsprotokoll ■ Nordic-Walking 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Einführung in das betriebliche Gesundheitsmanagement ■ Prävention in der betrieblichen Gesundheitsförderung ■ Stressmanagement ■ Burnoutprophylaxe im Betrieb ■ Angebotsgestaltung für Firmen ■ Marketing für den Gesundheits-Coach ■ Persönliches Coachingprofil

Die Termine und Themen können sich ändern.



Tübinger Akademie für Weiterbildung

A. Die ganzheitliche Gesundheits-Coach-Ausbildung

Berufsbild Gesundheits-Coach

Das Thema „Gesundheit“ hat in den letzten Jahren extrem an Bedeutung gewonnen. Die demographische Entwicklung in Deutschland und das wachsende Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung haben zu einer zusätzlichen Nachfrage geführt, und zwar nicht nur an herkömmlichen professionellen Dienstleistungen in den Bereichen Gesundheit, Pflege und Betreuung, sondern vor allem auch in den Feldern Prävention, Fitness, Resilienz und Entspannung.

Außerdem haben die absehbaren Einsparungen im Gesundheitswesen zur Folge, dass der einzelne mehr Verantwortung für sich und seine Gesundheit übernehmen muss.

Vor allem im präventiven Bereich wird sich deshalb ein hoher Bedarf an Beratung und Begleitung entwickeln.

Wer heute professionell im Gesundheitsbereich tätig ist, muss über folgende Fähigkeiten und Kenntnisse verfügen:

- Kenntnisse der vielfältigen Bewegungs- und „Entspannungs-Methoden“ und deren Wirkungen
- Bedarfsorientierte Gesundheits-Konzepte und Bewegungsprogramme entwickeln können
- Beratungs-, Motivations- und Coaching-Kompetenzen
- Zielgerichtetes Marketing und professionelle Öffentlichkeitsarbeit

Die äußerst interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit macht dieses neue Berufsbild zu einem innovativen und spannenden Zukunftsberuf.

Gesundheitscoachs, die die Fortbildung bei der Tübinger Akademie absolviert haben, öffnen sich **hervorragende berufliche Chancen**:

Neue Tätigkeitsfelder wie z. B. im Bereich der Kooperation mit Ärzten oder Physiotherapeuten, im gesamten Rehabilitationsbereich und in der Prävention sowie der Beratung und Betreuung im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung und des „Personal Coaching“ sind in den letzten Jahren entstanden und haben enormes Zukunftspotenzial. Immer mehr Einrichtungen im Sozialen- sowie Gesundheitsbereich suchen aktiv Gesundheitscoaches. So sind unsere Absolventen z.B. bei Krankenkassen, Rehaeinrichtungen und Arztpraxen angestellt oder auch in Behinderteneinrichtungen, in Seniorenheimen, Schulen und Kindergärten.

Auch in Unternehmen und großen Organisationen wächst das Bewusstsein für die Erhaltung der Gesundheit der Mitarbeiter*innen und die Bereitschaft steigt, dafür Stellen aus zu schreiben.

Aufbau zum Gesundheits-Coach bei der Tübinger Akademie

Unser Aufbau zum Gesundheits-Coach entspricht den oben genannten Anforderungskriterien. Wir sind zertifiziert nach AZAV, DIN ISO 9001 und DIN ISO 29990:2010.



Die Ausbildung zeichnet sich insbesondere durch folgende Aspekte aus:

- Kein anonymes, praxisfremdes Fernstudium, sondern ein lern- und übungsintensives Präsenztraining
- Qualifizierte Trainer/innen mit langjähriger praktischer Erfahrung:
- Gelernt wird in kleinen Gruppen. Das bedeutet: Lernen in vertrauter Kurs-Atmosphäre und optimale Übungs-Begleitung durch unsere Trainer/innen.
- Coaching-Kompetenz und Motivationstechniken sind wesentliche Elemente dieser Weiterbildung. Dazu gehören:
 - Professionelle Beratung in Theorie und Praxis
 - Projektarbeit
 - Klein-Gruppen-Treffen
 - Viele Übungssequenzen und Live-Coaching
 - Feedbacks für individuelle Stärken und persönliche Entwicklungspotenziale
- Kompetente Planung und Durchführung unterschiedlicher Gesundheits-Angebote für Einzelpersonen und Gruppen durch Vielfalt der präventiven und gesundheitsfördernden Methoden und ein breit gefächertes Lehrangebot
- Abwechslungsreiche und zielgruppenspezifische Kombinationsmöglichkeiten von traditionellen asiatische Bewegungsformen (Hui Chun Gong) mit Nordic Walking und Entspannungstechniken
- Leicht verständliche, gut strukturierte und bebilderte Teilnehmer-Unterlagen in Farbe als unterstützende Lernmaterialien

Zielgruppen

Die Qualifizierung zum **Gesundheits-Coach** richtet sich insbesondere an Personen, die Ernährungsberatung und Coaching im Gesundheitsbereich zur Erweiterung ihres professionellen Handlungsrepertoires einsetzen möchten:

- **Ernährungs-Coaches**
- **Coaches**
- **Wellnesstrainer/innen**
- **Und TN mit vergleichbaren Voraussetzungen**

Anwendungsbereiche

- Gesundheits-Coach in der eigenen Organisation oder im eigenen Unternehmen
- Kooperation z.B. mit Gesundheitshäusern und Seminarhotels, Kureinrichtungen, Ferienclubs, Fitnesscenter, Kosmetikstudios
- Kooperation mit Arzt- und Psychotherapiepraxen, Krankenhäusern und Reha-Zentren, Zentren für Naturheilkunde
- Kooperation mit Physiotherapie- und Massagepraxen
- Betriebliche Gesundheitsvorsorge und betriebliches Ernährungscoaching
- Freie Angebote: z. B. für Weiterbildungseinrichtungen vor Ort wie Volkshochschulen, Familienbildungsstätten sowie Angebote für spezifische Zielgruppen, (z.B. ältere Menschen, adipöse Kinder, Menschen mit Unverträglichkeiten usw.)
- Angebote für einzelne Menschen (Personal- oder Fitness-Coaching)
- In eigener Praxis als Gesundheits-Coach oder als ergänzendes Angebot

Unsere bisherigen Erfahrungen haben gezeigt, dass die Kombination von Gesundheit und Coaching auch eine sehr gute Möglichkeit bietet, nach einer beruflichen Pause wieder ganz oder teilweise **ins Berufsleben einzusteigen**. Auch für Personen, die aus ihrer bisherigen Berufstätigkeit umsteigen wollen, bietet die Ausbildung eine **Ausgangsbasis für die berufliche Weiterentwicklung oder Neuorientierung**.

Fördermöglichkeiten

ESF-Förderung: Jetzt bekommen Sie bis zu 70% Ermäßigung!

Die ESF-Förderung wurde für den Gesundheitscoach genehmigt und richtet sich besonders an:

- Unternehmer/innen, Freiberufler, Existenzgründer, Gründungswillige
- Wiedereinsteiger/innen nach der Familienphase
- Ausbilder/innen, Trainerinnen, Beraterinnen und Angestellte

Für alle gilt: Wohn- oder Beschäftigungsort muss in Baden-Württemberg sein.

Teilnehmer bis 49 Jahre bekommen 30%, ab 50 Jahre bekommen Sie 70% der Seminargebühren ersetzt. Auch TN ohne Berufsabschluss bekommen 70% Ermäßigung. Nicht förderfähig sind Beschäftigte von Einrichtungen, die zu mehr als 50% aus öffentlichen Mitteln getragen sind.

Kofinanziert vom Ministerium für
Soziales, Gesundheit und Integration
Baden-Württemberg



Kofinanziert von der
Europäischen Union

C. Fakten zur Ausbildung

Abschluss und Zertifizierung

Die Teilnehmer/innen erhalten bei erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung das Zertifikat: **Gesundheits-Coach, Tübinger Akademie für Weiterbildung**

Voraussetzungen dafür sind:

- Die regelmäßige Teilnahme an den Kurseinheiten (max. 10% Fehlzeiten)
- Teilnahme an den Übungsgruppen
- Die Durchführung von 1 Coaching Einheit
- Die erfolgreiche Teilnahme an der Abschlussprüfung

Seminarzeiten/Termine

Beginn an allen Tagen und Modulen immer um 9 Uhr, Ende zwischen 19.00 und 20.00. Der letzte Seminartag jedes Moduls endet jeweils um 17 Uhr.

Kosten

Ausbildungskosten: **1.850,00 € (555 € bei 70% Ermäßigung, 1.295 € bei 30%)**

Bei einer ESF-Förderung werden die Raten entsprechend gekürzt. In den Ausbildungskosten sind die ausführlichen Teilnehmer-Unterlagen enthalten. Es werden keine zusätzlichen Prüfungsgebühren erhoben. Zusätzliche Leistungen wie z.B. Duplikate von Rechnungen oder Zertifikaten sowie Umbuchungen von Seminaren sind kostenpflichtig.

Anmeldung

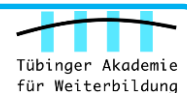
Die Anmeldung erfolgt in schriftlicher Form bei der Akademie für Weiterbildung. Anmeldung/Vertrag im Anhang.

Veranstaltungsort

Das Seminar findet im Raum Tübingen statt.

Tübinger Akademie für Weiterbildung
Friedrichstraße 7
72138 Tübingen - Kirchentellinsfurt

Tel.: 0 71 21 / 600 131
Fax: 0 71 21 / 908 360
E-Mail: info@tuebinger-akademie.de



Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

1. Zustandekommen und Durchführung des Vertrages

- 1.1. Der Vertrag kommt mit Zugang der Anmeldebestätigung zustande.
- 1.2. Die Durchführung der Bildungsmaßnahme ist an eine Teilnehmermindestzahl gebunden. Wenn ein Kurs aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt wird, wird zunächst versucht, die Teilnehmer auf einen anderen Kurs umzubuchen. Gelingt dies nicht, werden bereits bezahlte Gebühren zurückerstattet.
- 1.3. Aus wichtigem Grund, z.B. Pandemie, Ausfall des Referenten, höhere Gewalt, können Module verlegt werden. In diesem Fall besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung.
- 1.4. Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich vor, eine Änderung der Kurszeiten und/oder des Kursortes vorzunehmen, soweit dies aus organisatorischen Gründen erforderlich ist.
- 1.5. Modularer Einstieg: Nach Absprache mit der Kursleitung ist der Einstieg in die laufende Ausbildung möglich. Die versäumten Kurseinheiten müssen nachgeholt werden.

2. Haftung

- 2.1. Die Teilnahme an den Kurseinheiten erfolgt auf eigene Verantwortung.
- 2.2. Die Teilnahme an den Kurseinheiten erfolgt aus reinen Schulungszwecken. Sie ersetzt keine medizinische oder andere therapeutische Behandlung.
- 2.3. Die Tübinger Akademie haftet für von ihr sowie ihren Erfüllungsgehilfen vorsätzlich oder grob fahrlässig verursachten Schäden. Unberührt davon bleibt die Haftung für die Verletzung des Lebens, des Körpers und der Gesundheit und aus dem Produkthaftungsgesetz. Bei leichter Fahrlässigkeit haftet die Tübinger Akademie oder ihre Erfüllungsgehilfen nur soweit sie eine wesentliche Vertragspflicht (Kardinalpflicht) verletzt haben. Die Haftung ist bei Sach- und Vermögensschäden in jedem Fall auf den im Zeitpunkt des Vertragsschlusses vertragstypischen und vorhersehbaren Schaden beschränkt.

3. Zahlungsmodalität

- 3.1. Die Teilnahmegebühr kann in Raten entrichtet werden. Höhe und Zahlungsfristen ergeben sich aus der Anmeldebestätigung. Die Raten sind zu überweisen oder werden nach Abbuchungserklärung (bei ESF) von der Tübinger Akademie für Weiterbildung abgebucht.
- 3.2. Bei Zahlungsverzug von mehr als zwei Wochen werden Verzugszinsen in Höhe von 5% über dem jeweiligen Basiszinssatz berechnet.
- 3.3. Werden aufgrund von Änderungen der Konto-Daten oder der Adress-Daten Abbuchungen oder postalische Zustellungen zurückgewiesen, wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 15,00 € erhoben.
- 3.4. Die im Seminarpreis eingeschlossenen Leistungen werden in den Ausbildungsbeschreibungen aufgeführt. Darüber hinaus gehende Sonderleistungen (wie z.B. zusätzliche Zertifikate, Rechnungen und Kursumbuchungen oder Kurse Nachholen etc.) sind kostenpflichtig.
- 3.5. Die Förderung durch Mittel aus dem ESF entfällt bei vorzeitigem Abbruch der Weiterbildung. Die bis dahin angefallenen Kursgebühren sind in diesem Fall in voller Höhe zu bezahlen und werden nachberechnet.
- 3.6. Im Falle des Ausschlusses eines Teilnehmers oder einer Teilnehmerin durch die Tübinger Akademie für Weiterbildung werden bereits bezahlte Gebühren für noch nicht stattgefundene Einheiten zurückerstattet.

4. Widerruf von Verbraucherverträgen

Als Verbraucher (§ 13 BGB) haben Sie das Recht, den Vertrag innerhalb von 14 Tagen zu widerrufen, wenn dieser unter der alleinigen Verwendung von Fernkommunikationsmitteln zustande gekommen ist.

Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstraße 7, 72138 Kirchentellinsfurt, Telefon 07121/600031, Telefax 07121/908360 Emailadresse: info@tuebinger-akademie.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder Email) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zu Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie den Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben unverzüglich und spätestens vierzehn Tage ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas Anderes vereinbart. In keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu diesem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht

Muster: Widerrufsformular für den Verbraucher

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück. Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstraße 7, 72138 Kirchentellinsfurt, info@tuebinger-akademie.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Dienstleistung(en) (*):

Kursbezeichnung(en):

Bestellt am:

Name des/der Teilnehmer*in:

Anschrift des/der Teilnehmer*in:

Datum:

Unterschrift (nur bei Mitteilung auf Papier):

Sie können Ihren Widerruf wahlweise per Post oder per E-Mail an uns mit Hilfe dieses Formulars versenden
(* Unzutreffendes streichen)

5. Kündigung/Rücktritt

Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich vor, auch während der laufenden Ausbildung, Teilnehmende - aus wichtigem Grund (u.a. vgl. Haftung 2.2) - von der Ausbildung auszuschließen.

6. Rechte an Lehrgangsunterlagen

Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich alle Rechte an den Seminarunterlagen und der Schulungssoftware vor. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Tübinger Akademie für Weiterbildung ist jegliche Form der Vervielfältigung/Reproduktion oder Speicherung auf elektronischen oder sonstigen Medien von Lehrgangsunterlagen untersagt.

7. Kundendaten

7.1. Die von den Teilnehmer*innen mitgeteilten Daten werden ausschließlich zur Erfüllung des Vertrages verwendet. Eine Weitergabe der Daten erfolgt an Dritte nur soweit dies zur Vertragserfüllung notwendig ist (Name, Adresse, evtl. Telefonnummer an die Tagungshotels). Bei einer ESF-Förderung werden auch die Daten aus dem statistischen Erhebungsbogen weitergegeben, aber ohne Namen mit einer individualisierten Kodierung.

7.2. Zur Abwicklung von Zahlungen werden die Zahlungsdaten ggfs. an die Hausbank der Tübinger Akademie für Weiterbildung weitergegeben. Die schutzwürdigen Belange der Teilnehmer/innen werden gemäß den gesetzlichen Bestimmungen berücksichtigt. Eine Weitergabe an sonstige Dritte erfolgt nicht. Zum Zweck der Kreditprüfung wird ggf. ein Datenaustausch mit Kreditprüfungsinstituten vorgenommen.

7.3. Der Vertragstext wird auf dem internen System der Tübinger Akademie für Weiterbildung gespeichert.

8. Schlussbestimmung

Sollte eine Bestimmung dieser allgemeinen Vertragsbedingungen unwirksam sein oder werden, so berührt dies die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen nicht.