

Urkunde



BSA-Akademie
Prävention, Fitness, Gesundheit
School for Health Management

Leo Dudek

hat den Abschluss

**Entspannungstrainer/in
Aufbauqualifikation
Fernstudien - DQR - Stufe 4**



der BSA-Akademie
erworben.

Der Fernlehrgang
ist von der Staatlichen Zentralstelle für
Fernunterricht geprüft und zugelassen.



Saarbrücken, 17.01.2025

Fachbereichsleiter

Prof. Dr. Andrea Pieter

Pädagogischer Leiter der BSA-Akademie

Prof. Dr. Andreas Strack

Direktor der BSA-Akademie

Prof. Dr. Thomas Wessinghage

Zertifikat



BSA-Akademie
Prävention, Fitness, Gesundheit
School for Health Management

Hiermit wird bestätigt, dass

Leo Dudek

im Rahmen des staatlich geprüften und zugelassenen Lehrgangs

Entspannungstrainer/in
Aufbauqualifikation



der BSA-Akademie

dazu befähigt wurde die Methode der Progressiven Relaxation
als Kursleiter/in zu vermitteln.

Innerhalb des Lehrgangs mit der Gesamtdauer von 3 Monaten und einer Präsenzphase von 3 Tagen zu 24 Zeitstunden à 60 Minuten wurden zum Themenbereich Progressive Relaxation nach Jacobson folgende Inhalte vermittelt:

- Ansatz der Methode
- Didaktisch-methodische Prinzipien
- Durchführungsbedingungen
- Übungsprogramme

Saarbrücken, 17.01.2025

Fachbereichsleiter

Prof. Dr. Andrea Pieter

Pädagogischer Leiter der BSA-Akademie

Prof. Dr. Andreas Strack

Direktor der BSA-Akademie

Prof. Dr. Thomas Wessinghage