

Sport in Herzgruppen

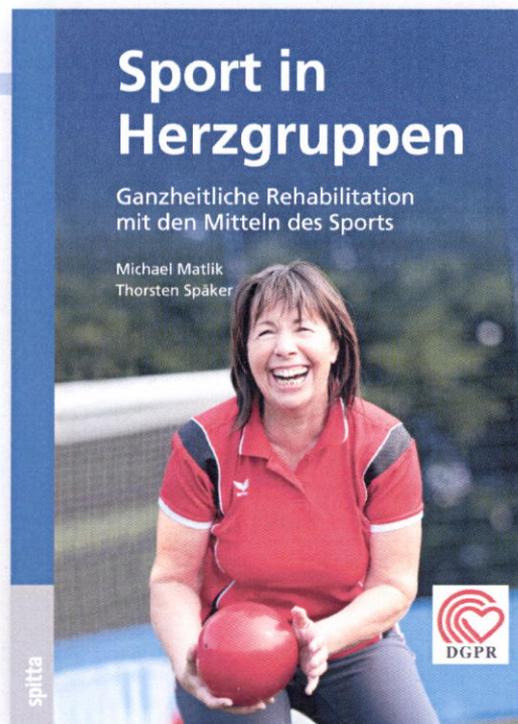
Die zeitgemäße und zielgruppengerechte Gestaltung eines Angebots „Sport in Herzgruppen“ erfordert fundiertes Wissen und eine umfangreiche Planungskompetenz. Der ganzheitliche Ansatz beschränkt sich nicht auf das körperliche Training, sondern stellt insbesondere die Umsetzung der psychosozialen Zielsetzungen der Rehabilitation mit den Mitteln des Sports in den Fokus.

Praxisnah unterstützt dieses Handbuch die Leiterinnen und Leiter des Sports in der Herzgruppe, aber auch von Rehabilitationssportangeboten in anderen Indikationen, ihre Angebote qualifiziert und zielorientiert nach aktuellen Standards zu gestalten.

Dieses Buch richtet sich an alle, die in ihrem Angebot systematisch die Ziele „Krankheitsverarbeitung“, „Stärkung von Gesundheitsressourcen“, „Verhaltensänderung“ und „Transfer in den Lebensalltag“ umsetzen wollen. Es schafft ein sicheres und hilfreiches Fundament für ein kompetentes Handeln im Rehabilitationssport und gibt zahlreiche Anregungen für die eigene Praxis.

Aus dem Inhalt:

- Im ersten Teil des Handbuchs werden Grundlagen zu den Zielen, Inhalten und Methoden des Sports in der Herzgruppe erläutert.
- Der zweite Teil gibt ausführliche praktische Hinweise und konkrete Beispiele zur Umsetzung. Beispielstunden verdeutlichen eine mögliche sportpraktische Umsetzung der vier Inhaltsbereiche der Herzgruppe: Bewegungsverhalten, Ernährungs- und Genussverhalten, Stressmanagement und Krankheitsverarbeitung.
- Hilfreiche Informationsmaterialien, die kopiert und den Teilnehmern ausgehändigt werden können, runden das Handbuch ab. Diese Materialien stehen ebenso als Download zur Verfügung.



Michael Matlik, Thorsten Späker

Sport in Herzgruppen

Ganzheitliche Rehabilitation
mit den Mitteln des Sports

Lieferbar ab April 2012
Broschur, ca. 180 S., 7 farbige Abb. und 9 Tab.
37 farbige Teilnehmerunterlagen
€ 29,80 [D] / € 30,60 [A] / CHF 43,50 (UVP)*
ISBN 978-3-941964-59-4 1004502189

Jetzt bestellen:

- 07433 952-777
- 07433 952-0
- kundencenter@spitta.de
- www.sport.spitta.de

Alle Bücher
werden versandkostenfrei
geliefert!

Ja, ich bestelle Expl.
Sport in Herzgruppen
Ganzheitliche Rehabilitation
mit den Mitteln des Sports

Lieferbar ab April 2012
Broschur, ca. 180 S., 7 farbige Abb. und 9 Tab.
37 farbige Teilnehmerunterlagen
€ 29,80 [D] / € 30,60 [A] / CHF 43,50 (UVP)*
ISBN 978-3-941964-59-4 1004502189

* Alle Preisangaben in CHF (Schweizer Franken) sind unverbindliche Preisempfehlungen.

Adresse:

/55/02/00848

.....
.....
.....
.....
.....



Spitta Verlag
Ammonitenstraße 1
72336 Balingen
www.sport.spitta.de

Datum Unterschrift

