

Ausbildung zum Life Kinetik-Trainer

Trainingsleitung: Diplom Sportlehrer Horst Lutz

5-tägige Ausbildung zum Life Kinetik Trainer

Termin: Mittwoch – Sonntag

Beginn täglich: 9 Uhr (1. Tag 10 Uhr) – Ende täglich: 19 Uhr (letzter Tag ca. 17 Uhr),
Ausbildungskosten € 775,- inkl. 19% MWST, einmalige Lizenzgebühr € 1.070,- inkl. 7% MWST
Gesamtkosten für die Ausbildung € 1.845,-

Veranstaltungsort:

Life Kinetik Seminarzentrum, Wolfratshauer Str. 50-52, 82067 Ebenhausen

Bei der 5-tägigen Ausbildung lernen Sie den kompletten Ablauf der verschiedenen Trainingssequenzen.

- Übungen zum schnellen Bewegungswechsel
- Verknüpfen verschiedener Bewegungsaufgaben
- Rascher Wechsel zwischen verschiedenen Bewegungsrichtungen
- Kombinationen von kontinuierlichen Bewegungen mit plötzlichen Aufgaben
- Übungen zum Überqueren der Körpermitte
- Einnehmen und Halten verschiedener Augenstellungen
- Training der Augenbewegung
- Erweiterung des Blickfeldes
- Schulung des Stereosehens
- Training der Akkommodation
- Ausgleich des Augendominanzverhaltens
- Gehirnwärmer Übungen zur Aktivierung der Gehirnnareale
- Übungen zu Gruppendynamischen Prozessen
- Spezielle Methodik und Didaktik des Life Kinetik Trainings
- Anatomie und Physiologie des Gehirns, der Nervenreizleitung und des Visuellen Systems
- Testverfahren

Nach der Ausbildung erhalten Sie ein Zertifikat und haben den Status des freien Life Kinetik Trainers. Sie können bei Gruppen das klassische Life Kinetik Training durchführen.

Die Teilnehmerzahl am Training ist begrenzt. Entsprechende theoretische Unterlagen sind im Seminarpreis enthalten. Hotel- und Verpflegungskosten sind nicht enthalten.

Life Kinetik Bausteine:

- Bewegungs- und Trainingslehre
- Funktionelle Anatomie
- Moderne Gehirnforschung
- Funktional Optometrie

Life Kinetik ...

- ist die Schnittstelle zwischen sanfter sportlicher Bewegung und lebenslangem Lernen.
- stellt dem Körper nicht alltägliche visuelle und koordinative Aufgaben.
- ist Gehirnjogging mit Bewegung, welches durch ungewöhnliche und nicht automatisierte Übungen zu einer Vernetzung von Gehirnstrukturen führt.
- verknüpft Körperbeherrschung, visuelle Wahrnehmung und Arbeitsgedächtnis zur Verbesserung des Multitaskings (= schneller Übergang zwischen verschiedenen Handlungen).

Universitätsprofessor Dr. Matthias Grünke vom Lehrstuhl Konzeption und Evaluation schulischer Förderung im Förderschwerpunkt Lernen, der Universität Köln schreibt in einer Stellungnahme zu Life Kinetik:

„Bestimmte koordinative Übungen beeinflussen die Hirnentwicklung bei Kindern sehr positiv. Auch bei Erwachsenen bewirken gewisse Bewegungstrainings die Bildung neuer Nervenzellen im Hippocampus, so dass man Gedächtnisinhalte besser abspeichern kann. In der Großhirnrinde werden vorhandene Verbindungen zwischen Nervenzellen bis ins hohe Alter durch bestimmte Aktivitäten gestärkt. Die Übungen des Life-Kinetik-Ansatzes stellen offenkundig eine sehr gute Möglichkeit dar, um dieses Potenzial zu nutzen.“

Prof. Dr. Elmar Wienecke (Inhaber und Gründer von SALUTO – Das Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness in Halle/Westfalen) schreibt zu Life Kinetik:

„Das von Ihnen entwickelte Life-Kinetik-Programm ist das beste umfassende Training aller Rezeptoren, die zur außergewöhnlichen Verbesserung aller motorischen Grundfertigkeiten führt, das ich persönlich kennen gelernt habe.

Unsere wissenschaftlich begleitenden Untersuchungen zeigen bei den Sportlern eine deutlich verbesserte Stressresistenz und spieltaktische Leistungsfähigkeit in schwierigen Spielsituationen.“

Mit Ihrer Ausbildung zum Life Kinetik Trainer erlernen Sie eines der innovativsten Trainings im Bereich Sport, Bildung und Gesundheitsprävention. Life Kinetik ist ein sanftes Training und kann dadurch von Teilnehmern in Kindergartenalter bis zu Teilnehmern im hohen Alter gleichermaßen angewandt werden.

Das Training bietet für jede Altersgruppe und für jede Zielgruppe durch neue Vernetzungen zwischen den Gehirnzellen deutliche Verbesserungen.

Fast jeder verbessert sich bei einem nur einstündigen Training pro Woche bereits nach kurzer Zeit in mindestens einem der folgenden Bereiche:

Kinder

Selbstbewusstsein
Selbständigkeit
Ordnung
Geduld
Fröhlichkeit
Konzentration
Konsequenz
Schulische Leistungen



Erwachsene

Merkfähigkeit
Erinnerungsfähigkeit
Stressresistenz
Multitaskingfähigkeit
Problembewältigung
Organisation
Kreativität
Sportliche Bewegung

Wo setzt das Bewegungsprogramm an?

Es nutzt den Effekt, dass das Gehirn den Körper steuert umgekehrt und zwingt somit durch Bewegungen, visuelle Aufgaben und kognitive Elemente das Gehirn, neue Denkmuster zu kreieren und somit flexibler zu werden. Dadurch steigt die Produktivität und gleichzeitig reduziert sich die Fehlerquote deutlich.

Life Kinetik und seine Vision:

Wir sind fest davon überzeugt: „Die Bodenschätze Deutschlands liegen zwischen den Ohren seiner Bewohner.“ Deshalb möchten wir mit unserem Training auf spaßige, sportliche aber auch auf effektive Weise allen Menschen dazu verhelfen, Aufgaben leichter durchführen zu können und dadurch bessere Leistungen erbringen zu können. Das gleiche Ziel verfolgt die Bundesregierung mit ihrer Bildungsoffensive. Life Kinetik hat seine Bildungsoffensive längst begonnen. Arbeiten Sie als selbständige Trainerin oder selbständiger Trainer mit uns an dieser Vision.

Wie rechnet sich meine Arbeit als Trainer?

Lizenzen, Promotionsarbeit, Kooperationen mit Firmen

Durch entsprechende Promotionsarbeit in Presse, Funk und Fernsehen ist das Interesse an Life Kinetik Trainings sehr groß geworden. Sportmannschaften aus allen Bereichen, Firmenteams, Schulen und Vereine suchen nach erfolgreichen Coaches und Trainern. Wir schlagen Ihnen vor, dies mit Gruppen bis max. 20 Personen durchzuführen. Am Anfang sind Sie sicher gut beraten, auch mit kleineren Gruppen zu arbeiten. Als Richtpreis sehen wir eine Trainingsstunde in der Gruppe bei ca. 20,- €. Bei einer Gruppe von 12 Teilnehmern entspricht das einem Stundensatz von 240,- €.

Schon mit einer Trainingsgruppe spielen Sie Ihre Ausbildungskosten ein. Dieses Training eignet sich auch hervorragend für den Einsatz bei Volkshochschulen oder Fitness-Centern.

Alle unsere Trainer verpflichten sich vertraglich eine Trainingseinheit nicht unter € 12,- anzubieten. Dies gilt auch für Fitness-Studios und Volkshochschulen. Life Kinetik in einem Fitness-Studio zur Flatrate gibt es nicht. Dadurch entstehen für jeden Trainer die gleichen Möglichkeiten und Voraussetzungen. Für Firmen haben wir ein kostengünstiges Lizenzmodell entwickelt, welches auch durch unsere Life Kinetik Trainer vertrieben werden kann. Mit Life Kinetik können Sie ein zeitgerechtes und innovatives Training anbieten und haben damit Ihre persönliche Eintrittskarte als selbständige Trainerin oder als selbständiger Trainer. Durch Kooperationen mit Firmen im Bereich Marketing bauen wir die Life Kinetik Marke in ihrem Bekanntheitsgrad weiter aus. Durch wissenschaftliche Untersuchungen wird der Erfolg von Life Kinetik wissenschaftlich belegt.

Arbeiten Sie als freie Trainerin oder als freier Trainer mit im Life Kinetik Team. Mit Life Kinetik haben Sie viel Spaß bei Ihrer Arbeit, tragen zur Weiterentwicklung der Gesellschaft bei und haben hervorragende Verdienstmöglichkeiten.

Zu Horst Lutz



Horst Lutz, geb. 1961, arbeitete nach seinem Studium zum Diplomsporllehrer u. a. als Fußballtrainer in Island und als Jugendleiter und Jugendtrainer beim TSV 1860 München. Seit Ende der 80-er Jahre ist er neben Lehrtätigkeiten im Leistungssport (Bund deutscher Fußballlehrer, verschiedene Fußballlandesverbände) auch als freiberuflicher Dozent für diverse Unternehmen, die IHK und Berufsbildungswerke tätig. Parallel dazu betreut er seit 1996 talentierte Sportler in den Bereichen Technik- und Taktiktraining, konditionelle Ausbildung und Ernährungsphysiologie. Während der Ausbildung zum Gesundheitscoach begeisterte ihn die Idee, das Gehirn durch Bewegung zu fordern. Das Zusammenfügen verschiedener Konzepte mit vielen eigenen Entwicklungen ließ LIFE KINETIK® entstehen. Anfangs lag der Schwerpunkt noch auf ganzheitlichen mehrtägigen Gesundheitsseminaren. Seit 2007 konzentriert er sich ausschließlich auf die Verbreitung von LIFE KINETIK®, dem Gehirnjogging mit Bewegung, durch Trainerausbildungen, Kurse, Coachings für Privatpersonen, Unternehmen, Bildungseinrichtungen und Hochleistungssportler, wie z. B. die deutsche alpine Skinationalmannschaft oder BV Borussia Dortmund.