

Der Ausbildungskompass bietet detaillierte Informationen über die Bildungsmöglichkeiten und Ausbildungseinrichtungen in Österreich. Informieren Sie sich unter [www.ausbildungskompass.at](http://www.ausbildungskompass.at).

## Diplomlehrgang Dance for Health® TrainerIn

### INHALT

|                              |   |
|------------------------------|---|
| Kurzinfo.....                | 1 |
| Ausbildungsbeschreibung..... | 2 |
| Ausbildungsinstitute.....    | 2 |
| Zusatzinfo.....              | 2 |
| Impressum.....               | 3 |

### KURZINFO

Im Laufe der Ausbildung erlernen und üben die TeilnehmerInnen nicht nur verschiedene Schritte und speziell von vom Anbieter entwickelte Tanzkombinationen, sie erlernen ebenso wichtige physiologische und sportwissenschaftliche Grundlagen, die die Basis der Trainingsgestaltung für verschiedene Zielgruppen sind und werden in Musik, Rhythmik und im Choreographieren unterrichtet. (Quelle: Schlossberginstitut)

|                 |   |
|-----------------|---|
| Ausbildungsart  | Lehrgang  |
| Dauer           | 68 UE an 17 Abenden   |
| Form            | Fernstudium / Fernlehrgang (online oder hybrid)   |
| Voraussetzungen | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mindestalter von 19 Jahren</li> <li>• Sie sind gesund und es gibt keine medizinischen Gründe, die gegen das Tanzen sprechen. Im Zweifelsfall empfehlen wir, ein Gespräch mit Ihrem/r Arzt/Ärztin zu führen.</li> <li>• Internetzugang und Gratisregistrierung bei ZOOM (Bitte machen Sie sich im Vorfeld mit der Plattform ZOOM etwas vertraut.). Eine Mindestbandbreite von 6,5 Mbit/s Download und 3,0 MBit/s Upload sowie ein moderner Internetbrowsersind empfehlenswert.</li> <li>• Smartphone, Kamera, Laptop o.ä. zum Filmen von Choreos</li> <li>• ein bisschen Platz zum Bewegen und Tanzen</li> </ul> <p>Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig und Sie müssen keine Tanzerfahrung mitbringen. Auch Tanzanfänger sind willkommen!</p> |
| Zielgruppe      | Personen, die ihre Freude an Bewegung gerne auch beruflich leben wollen.  |
| Kosten          | EUR 1.860,00 (verschiedene Teilzahlungsoptionen)  |
| Abschluss       | Diplom  |
| Gruppe          | Sonstige Ausbildung   |
| URL             | <a href="https://www.schlossberginstitut.at/aus-und-weiterbildung/lifestyle/dance-for-health-trainer-in-online-gesundheitsfoerderung">https://www.schlossberginstitut.at/aus-und-weiterbildung/lifestyle/dance-for-health-trainer-in-online-gesundheitsfoerderung</a>   |

## AUSBILDUNGSBESCHREIBUNG

### Inhalte:

- Gesundheitsfördernde Wirkung von Musik und Tanz in Prävention und Therapie
- Hintergründe und wissenschaftliche Grundlagen und Daten
- Sportwissenschaftliche Grundlagen  
, physiologische Grundlagen, Bewegungsanalyse
- Einführung in die Musiktherapie, Bedeutung der Musik, Erstellen von Liedskizzen
- Gezielter Einsatz von Rhythmus und Musik
- Körpergefühl, Körperwahrnehmung und natürlicher Bewegungsumfang
- Körperhaltung und Körpersprache
- Reichhaltiges Schrittmaterial
- Styling der Tanzbewegungen
- Dynamisches und artikuliertes Tanzen
- Atemphasen beim Tanzen
- Tanzkombinationen
- Tanz für verschiedene Zielgruppen und Trainingsziele
- Grundlagen der Trainingslehre
- Choreographieren und Vorbereiten einer Trainingsstunde
- Einsatz der Spiegelneuronen und Empowerment in der Tanzstunde
- Ursache und Prävention von Verletzungen
- Methodik und Didaktik
- Ursache und Prävention von Verletzungen
- Erste-Hilfe-Kurs (extern zu belegen)

## AUSBILDUNGSINSTITUTE

### Wien

#### SCHLOSSBERGINSTITUT GmbH Wiener Schule für Gesundheitsförderung

Adresse: 1130 Wien, Kardinal König Platz 3  
Telefon: +43 (0)650 6 888 911  
Email: [service@schlossberginstitut.at](mailto:service@schlossberginstitut.at)  
Webseite: <https://www.schlossberginstitut.at/>

## ZUSATZINFO

**Dauer und Organisation:** Der Lehrgang ist als Live Online-Unterricht organisiert und umfasst 68 UE an 17 Abenden (Gesamtaufwand 304 Einheiten).

## IMPRESSUM

**Für den Inhalt verantwortlich:**

Arbeitsmarktservice  
Dienstleistungsunternehmen des öffentlichen Rechts  
Treustraße 35-43  
1200 Wien  
E-Mail: [ams.abi@ams.at](mailto:ams.abi@ams.at)

Stand der PDF-Generierung: 14.02.25

Die aktuelle Fassung der Ausbildungsinformationen ist im Internet unter [www.ausbildungskompass.at](http://www.ausbildungskompass.at) verfügbar!