

DIPLOMAUSBILDUNG ACHTSAMKEITS- UND ENTSPANNUNGSTRAINERIN

MODULZEITEN: Fr, 14:00 bis 20:00 Uhr und Sa, 09:00 bis 18:00 Uhr
BFI STEIERMARK, Bildungszentrum Graz West

Ausbildungsmodul	Trainer:in	UE	Termin
Modul 1: Einführung in das Achtsamkeits- und Entspannungstraining	Mag. Susanne Schindler	14	25. – 26.09 2026
Modul 2: Methodik und Didaktik	Mag. Susanne Schindler	14	23. – 24.10.2026
Modul 3: Achtsamkeit – Das Hier und Jetzt	Andreas Pirker	14	13. – 14.11.2026
Modul 4: Achtsamkeits- und Entspannungstraining für spezifische Zielgruppen	Monika Ebner	14	11. – 12.12.2026
Modul 5: Stress abbauen – Entspannung & Achtsamkeit aufbauen	Monika Ebner	14	15. – 16.01.2027
Modul 6: Fernöstliche Entspannungstechniken	Andreas Pirker	14	05. – 06.02.2027
Modul 7: Abschluss	Mag. Susanne Schindler	8	27.02.2027
Summe		92	

Weitere Ausbildungselemente		Unterrichtseinheiten
Peergruppen / Kollegiale Beratung	Eigenorganisation	8
Erstellung einer Praxisarbeit (Thema wird mit Lehrgangsführung vereinbart)	Eigenorganisation	Keine Vorgaben

**) Terminliche Änderungen bzw. Abweichungen der TrainerInnen sind vorbehalten*