AUSBILDUNGSSTRUKTUR & INHALTE
ENERGY DANCE® TRAINER:IN
BASIC 2026 / TRAINER AB 2027

AUCH ZUR ZERTIFIKATSVERLÄNGERUNG (2 JAHRE) FÜR TRAINERINNEN

LIZENZ: BASIC FLOW TRAINER:IN

LIZENZ: ENERGY DANCE® TRAINER:IN

BASIC	**1: Basic Flow**	Körperwahrnehmung
		Dynamic-Flow-Methode
		Bewegungsmatrix
		Grundprinzip der Bewegungsentwicklung
BASIC	**2: Basic Tools**	Orientierungshilfen f.d. fließende Bewegungsentwicklung
		Bewegungsentwicklung bei alternierenden Beinen
		Chassé
BASIC	**3: Music & Body**	Aufwärmtraining Bewegungseinstieg
		Musikanalyse I: Struktur & Aufbau von populärer Musik
		Tempowechsel
		Grundbegriffe der Anatomie
		Standstretching Anleitung
TRAINER	**1: 4 Elements**	Body Essential Movements (BEMs)
		4 Elemente
		Qualität der Bewegung & verbale Anleitung
		Bausteine
		Anatomie: Beine & Becken
TRAINER	**2: Rhythm**	Verbale Anleitung
		Musik & Bewegung
		Anatomie: Bauch, Rumpf & Rücken
TRAINER	**3: Music & Feelings**	Charakter der Musik
		Musikbeschreibungen
		Bewegungsbilder
		Dokumentation Praxisphase & Erstinfos an Kursteilnehmer
		Anatomie: Schultergürtel & Arme
TRAINER	**4: Stretching Flow**	Stretchingfolge mit Stretchinganleitung
		Muskeltabelle mit Urpsrung/Ansatz/Funktion
		Examination Anatomie - Probe -
EXAMINATION:	**5: Self-GuideDance**	Stundenaufbau & Musikauswahl
		Self-GuideDance
		Coaching
EXAMINATION:	**6: Coaching**	Integration & Coaching
		Kräftigen Dehnen Entspannen
		Stretching Plus
		Entspannungsanleitung
		Prüfungsthemen für die Stretchingphase
EXAMINATION:	**7: Exemination**	25 Freuden beim *ENERGY DANCE*®
		Trainer's Only Bereich
		Regelung zur Zertifikatsverlängerung / Markenschutz