

paracelsus
heilpraktikerschulen



**Ausbildung zum/r
Wellnesstrainer/in**

paracelsus





Vorwort

Liebe Leser/innen dieser Studieninformation!

Der Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e.V. (WBG) vertritt die Interessen der in diesen Marktsegmenten beruflich engagierten Mitglieder. Wir wissen, wie notwendig eine umfassende Ausbildung für den beruflichen Erfolg ist und freuen uns über die Zusammenarbeit mit den Paracelsus Schulen als Aus- und Fortbildungspartner.

Über die überregionale Struktur dieser renommierten Institution können wir am wirkungsvollsten auf die inhaltlichen und qualitativen Standards in unserem Berufssegment Einfluss nehmen. Arbeitgeber und Kunden im Wellnessbereich möchten sich auf eine solide und nachvollziehbare Qualitätszertifizierung verlassen können.

Das gelingt den Paracelsus Schulen mit der interessanten und weitgefächerten Wissens- und Kenntnisvermittlung nach unseren Lehrplanempfehlungen und durch unser unabhängiges Zertifizierungsverfahren.

Schon während Ihrer Ausbildung sollten Sie sich zur Mitgliedschaft in unserem Verband entscheiden, der Ihnen viele Vorteile, berufsbezogene Informationen und kollegiale Unterstützung bringt.

Der Mitgliedsbeitrag lohnt sich, zumal er bei Belegung von Fortbildungsseminaren bei Paracelsus verrechnet werden kann.

Ich freue mich über Ihre Entscheidung für die Ausbildung zum/r Wellnesstrainer/in und auf Ihre Mitgliedschaft im Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e.V.

Vorsitzende des Fachverbandes
Wellness, Beauty und Gesundheit e.V.



Inhalte

Im Trend:
Wellness, Beauty und Gesundheit **Seite 4**

Die beste Grundlage... **Seite 5**

Modularer Aufbau des Studiums **Seite 6**

Weitere Module **Seite 8**

Aus gutem Grund die Nr. 1 **Seite 10**

Kontakt / Partner **Seite 11**



„Ich will mich einfach wohlfühlen!“

Im Trend: Wellness, Beauty und Gesundheit

Ein wachsender Markt...

Bei Wellness geht es um das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden des Menschen. Genießen und Wohlfühlen ist dabei gleichzeitig Ziel und Bedingung aller Aktivitäten, Behandlungen und Anwendungen. Während Fitness unter Anstrengung und Selbstüberwindung Hochleistung und definierte Muskelformen anstrebt, will Wellness genussvolles und stressfreies Wohlfühlgefühl vermitteln.

Wellness hat sich zu einem gewaltigen weltweiten Markt entwickelt, mit Millionen Anhängern, die Stress abbauen, sich rundum verwöhnen lassen und dafür auch gerne etwas investieren wollen.

... mit interessanten Berufschancen

Die Wellness-Bewegung beschäftigt und benötigt Spezialisten, die ein breites Programm von Anwendungen beherrschen, um die individuellen Wünsche für echtes Wohlbefinden der anspruchsvollen Kunden zu erfüllen. Methoden, die positiv auf Körper, Geist und Seele wirken, die Ausgeglichenheit, Schönheit und Gesundheit des Menschen fördern.

Experten der Branche prognostizieren anhaltend hohe Zuwachsraten in den Bereichen Gesundheit & Wellness: Der Gesundheits- und Wellnessbereich als neuer wachsender Wirtschaftssektor.

Die Ausbildung z. Wellnesstrainer/in mit WBG-Zertifikat

- für Berufe aus den Bereichen Gesundheit, Medizin, Psychologie, Sport und Freizeit,
- wenn Sie in der Tourismus- und Hotelbranche arbeiten wollen,
- wenn Sie im Bereich Kosmetik oder Beauty tätig werden möchten.



Einsatzprofile für Wellnesstrainer/innen

Die große Vielfalt der beruflichen Betätigungsmöglichkeiten zeigt die folgende (nicht abschließende) Liste, ermittelt in einer Umfrage bei Absolventen:

- Leiter/in Wellnessbereich
- Trainer/in Fitness Studio
- Ernährungsberater/in
- SPA-Trainer/in
- Qi Gong-Lehrer/in
- Burnout-Berater/in
- Work-Life-Berater/in
- Massagepraktiker/in
- Aquatic Wellness-Praktizierende/r
- Gesundheitstrainer/in
- Präventionsberater/in
- Beauty und Health-Trainer/in
- Ayurvedaberater/in
- Anti Aging-Trainer/in
- Rückentrainer/in
- Naturkosmetiker/in
- Fachredakteur/in Beauty & Wellness
- Pächter/in eines Hotel-Wellnessbereichs
- Inhaber Anti Aging-Studio
u.v.m.



Die beste Grundlage ...

Nur konsequent, dass die Wellnessbewegung die Paracelsus Schulen als kompetenten Partner entdeckt hat, die Ausbildung von Wellness-Fachkräften professionell zu konzipieren, zu organisieren und aktiv weiter zu entwickeln.

Paracelsus beschäftigt sich seit über 35 Jahren mit Alternativ-Methoden in der Heilkunde, Psychologie, Ernährung und Gesundheitsvorsorge, mit überlieferten und neu entwickelten Verfahren aus vielen Kulturkreisen, mit ganzheitlichen Methoden, die Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele berücksichtigen, die natürlichen Abwehrkräfte unterstützen und schädliche Zivilisationseinflüsse ausgleichen.

... für Ihre berufliche Kompetenz

Das Wellness-Methodenangebot der Paracelsus-Ausbildung geht weit über das Übliche hinaus: Neben den selbstverständlich gewordenen Standards erlernen und erleben Sie die Wirkungen neuer ganzheitlicher Anwendungen, wie z.B.: meditative Entspannung, Bewegungs- und Körperübungen, ungewöhnliche Massagetechniken aus aller Welt, die angenehmen und gesundheitsfördernden Wirkungen von Licht, Luft, Wasser, Temperaturen, Düften, Pflanzen, Musik, von menschlicher Zuwendung und Gruppenaktivitäten in vielen neuen Formen.

Realisieren Sie Ihr persönliches Konzept ...

Viele unserer Studierenden bringen ganz persönliche eigene Erfahrungen und Begabungen mit, und wir legen Wert darauf, dass Sie selbstständig und kreativ, Ihren persönlichen Neigungen und Voraussetzungen entsprechend, eigene Wege für den beruflichen Einsatz entwickeln können. Deshalb ist die Ausbildung zum/r Wellnesstrainer/in modular aufgebaut und kann in gewissem Umfang, je nach Interessenlage und Zielsetzung, persönlich zusammengestellt werden.

... für den Start in einen neuen Beruf

Als Paracelsus Wellnesstrainer/in werden Sie in der Lage sein, eine Fülle von Wellness-Dienstleistungen und Anwendungen erfolgreich in der Berufspraxis einzusetzen, aber auch entsprechende Dienstleistungsangebote zu planen, aufzubauen und zu leiten. Die Regel der späteren Berufsausübung ist der Einsatz als Mitarbeiter/in in Hotels, Bäderbetrieben, Thermen, Kuranstalten, Wellness-, Yoga- und anderen spezialisierten Instituten. Oft ist aber auch die eigene berufliche Selbstständigkeit Ziel der Ausbildung, etwa als Vertragsunternehmer oder selbstständiger Betreiber solcher Institutionen.

... als wertvolle Zusatzqualifikation für Ihren jetzigen Beruf

Wenn Sie bereits im Hotel- oder Fremdenverkehrsbereich, in der Sport-, Fitness- oder Gesundheitsbranche tätig sind, können Sie in dieser Ausbildung wertvolle Kenntnisse und Fähigkeiten für den Einsatz in Ihrem derzeitigen Arbeitsspektrum erwerben.



Die Ausbildung zum/r Wellnesstrainer/in

Modularer Aufbau des Studiums

Die Ausbildung wird in Abend- und/oder Wochenendblöcken, zum Teil auch in Tages-Kompaktkursen durchgeführt.

So besteht die Möglichkeit, das Studium neben der Berufstätigkeit in etwa 12 Monaten zu absolvieren. Die Ausbildung umfasst 8 Module, für die Zulassung zur Zertifizierungsprüfung durch den WBG müssen mindestens 6 Module belegt werden, wobei die Module KAM, ETS und EB Pflichtmodule sind.

Die Ausbildung zum/r Wellnesstrainer/in umfasst alle wesentlichen klassischen und aktuellen Methoden, aus der Praxis für die Praxis, ganzheitlich inspiriert aus den naturheilkundlichen Paracelsus-Kernkompetenzen der Gesundheitsprävention und der traditionellen und fernöstlichen Naturheilkunde.

Modul KAM - Klassische und alternative Massagen

Einer der wichtigsten Aspekte der Wellnnessausbildung sind Massagen. In der Paracelsus Ausbildung erlernen Sie neben den klassischen Massagen innovative Massagetrends aus aller Welt.

- Anatomie und Pathologie, Muskel- und Skelettsystem
- Klassische Massage
- Aromamassage
- Rückenmassage nach Breuß
- Ayurvedische Ganzkörpermassage
- Kosmetische Lymphdrainage
- Fußreflexzonen-/ Fußmassage
- Energetische Ausgleichsmassage
- Edelsteinmassage*
- Kräuterstempelmassage*
- Lomi Lomi Nui Massage*
- Hot Stone Massage*
- Choccoa Massage*
- Russische Honig-Massage*
- Schröpfkopfmassage*

*Dazubuchung möglich

Modul ETS - Entspannungstraining und Stressbewältigung

Die wichtigsten Entspannungsmethoden, mit denen Sie Belastete und Gestresste wieder zu Gelassenheit, innerer Ruhe und Gesundheit führen können, sind Inhalte dieses Moduls.. Sie können in Einzel- und Gruppenarbeit eingesetzt werden, im eigenen Gesundheitsstudio oder in mannigfaltigen Einrichtungen für Wellness, Prävention, Gesundheit und gesundheitlicher Nachsorge.

- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training
- Phantasiereisen
- Meditation
- Qi Gong
- Entspannungswirkung von Farben u. Düften
- Chakrenlehre
- Klangschalenmassage
- neue Stressbewältigungs- und Entspannungstrends
- Trancen und andere Grenzbereiche



Modul EB - Ernährungsberatung

Eine typgerechte, individuelle Ernährung ist wichtige Grundlage für das Wohlbefinden. In der Paracelsus-Ausbildung lernen Sie alles Wissenswerte über die Ernährungsbedürfnisse gesunder und kranker Menschen. Sie studieren die ernährungsphysiologischen, psychologischen und pathologischen Grundlagen aus naturheilkundlicher und ganzheitlicher Sicht, üben Anamnese und Situationsanalyse, um einen gezielten Aktions- und Ernährungsplan zu erstellen.

In Einzel- oder Gruppenarbeit coachen Sie Ihre Klienten zur Verbesserung ihrer Ernährungsgewohnheiten. So fördern Sie Gewichtsreduktion und Abwehrkräfte und führen ihre Klienten in einen gesünderen, glücklicheren und erfolgreicherem Lebensabschnitt.

- Anatomie und Physiologie des Verdauungssystems
- Grundlagen der Ernährungslehre
- Grundregulation
- Säure-Basen-Haushalt
- Lebensmittelkunde
- Alternative Ernährungsformen
- Nahrungsergänzungsmittel und Functional Food

- Anti-Aging und Ernährung
- Ernährung und Prävention
- Ernährungsbedingte Gesundheitsstörungen
- Ernährungsberatung und -psychologie
- Pathologie und Diätetik
- Individuelle Nährstoffanalyse
- Erstellen eines Ernährungsprotokolls
- Fasten
- Ganzheitliche Ernährungslehren:
 - Vollwerternährung
 - Hildegard von Bingen
 - Fünf Elemente Ernährung
 - Makrobiotik
 - Ayurveda
- Trenddiäten zur Gewichtsreduktion
- Ernährung und Sport
- Kräuter und andere Gewürze und deren Wirkung





Modul BA - Beautyanwendungen

Unverzichtbar für ein abgerundetes Wellnessangebot ist, dass sich die Kundinnen und Kunden schön und gepflegt fühlen. Paracelsus Studierende erlernen in diesem Modul professionelle Schönheitstreatments für das Beauty SPA, mit denen sie ihre Kunden verwöhnen können. Als Paracelsus Wellnesstrainer/in decken Sie mit Ihrer Kompetenz auch diesen wichtigen Bereich ab.

- **Aufbau einer kosmetischen Gesichtsbehandlung**
- Gesichtsmassage
- Anti-Aging
- Cellulite-Programm
- Bodyfeeling / Körperpackungen und -wickel
- Wirkstoffe und Methoden zur Verjüngung und Glättung der Haut
- Meersalzpeeling und andere Peelings
- Black Mud
- Pflege der einzelnen Hauttypen
- Raffinierte Naturkosmetik-Marken und -Treatments
- Rohstoffe aus der Natur

Modul SPA - Wasseranwendungen

Mit Wasser und Bädern behandeln und heilen war bereits den Menschen in der Antike vertraut. Die lateinische Abkürzung SPA (für Sanus per Aquam), die ursprünglich die Wasser- und Bäderanwendungen bezeichnete, steht heute für fast alle Formen von Wellnessanwendungen. Wir greifen hier aber auf die ursprüngliche Bedeutung zurück und Sie erlernen im Modul SPA die wichtigsten Wasseranwendungen.

- **Finnische Sauna**
- Biosauna
- Farblightsauna
- Kristallsauna
- Dampfbad
- Aufgüsse
- Wirkungen von verschiedenen Kräutern und Aromen
- Hydromassagen
- Aquatic Wellness
- Wohlfühlbäder
- Aqua Fitness
- Balneo-Anwendungen
- Thalasso-Anwendungen
- Die Lehre von Sebastian Kneipp
- Hilfsmittel und Übungsgeräte





Modul BMF - Body Mind Fitness

Verschiedene Übungen aus westlichen und östlichen Kulturen, die den ganzheitlichen Aspekt betonen und die wohltuenden Wirkungen über den Gleichklang von Körper, Geist und Seele erreichen, sind Inhalt dieses Moduls.

- Yoga
- Meridianlehre
- Meridian-Stretching
- Tai Chi
- Qi Gong
- Pilates*
- Feldenkrais*
- Sensomotorik und Propriozeption
- Einführung in das Nervensystem
- Tiefenentspannung*
- Senioren Fitness*
- Cardio Fitness*
- Nordic Walking*
- Beckenbodentraining*
- Aufbau einer Kursstunde

*an einzelnen Schulen optional

Modul GRT - Ganzheitliche Rückenschule und -training

Stress, Bewegungsmangel und Fehlhaltungen führen zu Muskelverspannungen und Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule mit schmerzhaften Folgen. Rückenbeschwerden sind die Volkskrankheit Nr. 1. Die ganzheitliche Rückenschule und das Rückentraining beugen Beschwerden der Wirbelsäule vor. Auf der Grundlage der speziellen funktionellen Anatomie und Pathologie der Wirbelsäule und des Bewegungsapparates vermittelt dieses Modul die Praxis der erfolgreichsten Präventions- und Rehabilitationsmethoden für den Wellnessbereich.

- Funktionelle Anatomie und Pathologie der Wirbelsäule / des Bewegungsapparates
- Power House / Inner Unit
- Fitness Gerätekunde
- Beckenboden-Übungen
- Zwerchfell-Übungen
- Bauchmuskeltraining
- Mobilisations- und Kräftigungsübungen
- Stabilisations- und chiropraktische Dehnungsübungen
- Atemübungen

Modul EG - Existenzgründung

Der Schritt in die Selbstständigkeit verspricht wirtschaftlichen Erfolg und persönliche Erfüllung, erfordert aber spezielle zusätzliche Fachkenntnisse im wirtschaftlichen, berufs-, vertrags- und steuerrechtlichen Umfeld und ein durchdachtes Konzept für Ihren Businessplan.

- Geschäftsidee
- Qualifikation
- Rechtsfragen
- Formalitäten
- Versicherungen
- Preisfindung
- Marketing / Werbung

Aus gutem Grund die Nr. 1

Darum sind Paracelsus Absolventen besonders erfolgreich.



Die Paracelsus Schulen setzen seit über 35 Jahren Maßstäbe für erfolgreiche berufsbezogene Ausbildungsprogramme im Kernkompetenzbereich Gesundheitliche Prävention, Natürliche Heilverfahren, Psychologie, Ernährung und Gesundheitsberatung, sie sind europaweit führend in der Ausbildung von Heilpraktikern für Naturheilverfahren bzw. Psychotherapie, von Psychologischen Beratern und für Berufe im Wellness-, Beauty- und Gesundheitsbereich, mit einem dichten Netz von Studienorten in Deutschland und in der Schweiz, mit vielfältigen Ausbildungsprogrammen und Qualifizierungsseminaren. Die Studieninhalte sind wohl durchdacht, klar an Lernzielen orientiert, didaktisch gut aufbereitet. Die Schulen bieten jeweils ein Ambiente, in dem Sie sich rundum wohlfühlen und mit Freude studieren können – einer der wichtigsten Voraussetzungen für Ihren Lernerfolg.

Prüfung durch den Fachverband

Die Paracelsus Schulen sind Ausbildungsorgan des Fachverbandes Wellness, Beauty und Gesundheit e.V. (WBG), welcher die Ausbildungs- und Prüfungsstandards definiert und den Anforderungen der beruflichen Praxis anpasst. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie ein entsprechendes Zertifikat. Die aktuellen Zertifizierungsvoraussetzungen finden Sie unter: www.wellness-fachverband.de/verband/zertifizierung

Bei Paracelsus ausgebildete Wellnesstrainer/innen wissen mehr, haben eine breitere, naturheilkundlich und psychologisch fundierte Wissensbasis und einen weiten Horizont in Bezug auf die Fülle möglicher Anwendungen für den Wellnessbetrieb in Theorie und Praxis.

Voraussetzungen und Anmeldung

Für die Wellness-Ausbildung gibt es keine spezifischen Vorbildungs- oder Altersvoraussetzungen. Da der Zugang zu den Kursen jedoch begrenzt und die harmonische Zusammensetzung der Arbeits- und Lerngruppen uns sehr wichtig ist, empfehlen wir ein Bewerbungs- und Beratungsgespräch beim örtlichen Paracelsus Studienleiter, gegebenenfalls verbunden mit einem Probeunterricht. Der Studienleiter bespricht auch gerne individuelle Fragen der Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten für Ihre Ausbildung. Dort können Sie sich auch zum Studium anmelden. Inhaltliche und terminliche Informationen zu unseren Studienangeboten finden Sie im Internet unter www.paracelsus-schulen.ch.

Die Paracelsus Schulen:

Aachen	0049 (0)241 / 901 94 94
Augsburg	0049 (0)821 / 349 95 56
Berlin	0049 (0)30 / 89 09 21 93
Bielefeld	0049 (0)521 / 136 80 63
Braunschweig	0049 (0)531 / 250 21 41
Bremen	0049 (0)421 / 168 51 51
Chemnitz	0049 (0)371 / 51 79 81
Dortmund	0049 (0)231 / 914 31 21
Dresden	0049 (0)351 / 472 15 15
Düsseldorf	0049 (0)211 / 137 37 41
Erfurt	0049 (0)361 / 566 11 66
Essen	0049 (0)201 / 877 55 51
Frankfurt	0049 (0)69 / 91 39 98 01
Freiburg	0049 (0)761 / 70 28 71
Freilassing	0049 (0)8654 / 6 62 62
Gießen	0049 (0)641 / 7 69 19
Göttingen	0049 (0)551 / 5 73 47
Hamburg	0049 (0)40 / 691 11 91
Hannover	0049 (0)511 / 388 46 46
Heilbronn	0049 (0)7131 / 62 98 41
Jena	0049 (0)3641 / 42 02 34
Karlsruhe	0049 (0)721 / 955 33 43
Kassel	0049 (0)561 / 932 47 47
Kempten	0049 (0)831 / 51 15 71
Kiel	0049 (0)431 / 33 04 04
Koblenz	0049 (0)261 / 2 93 53 00
Köln	0049 (0)221 / 923 07 70
Konstanz	0049 (0)7531 / 91 41 61
Landshut	0049 (0)871 / 43 00 22
Leipzig	0049 (0)341 / 911 12 16
Lindau	0049 (0)8382 / 94 42 02
Magdeburg	0049 (0)391 / 541 99 99
Mainz	0049 (0)6131 / 96 16 96
Mannheim	0049 (0)621 / 418 32 32
M'gladbach	0049 (0)2161 / 20 40 51
München	0049 (0)89 / 59 78 04
Münster	0049 (0)251 / 4 78 83
Nürnberg	0049 (0)911 / 279 69 26
Oldenburg	0049 (0)441 / 925 02 60
Osnabrück	0049 (0)541 / 20 20 552
Passau	0049 (0)851 / 7 39 61
Regensburg	0049 (0)941 / 599 92 11
Rosenheim	0049 (0)8031 / 21 91 24
Rostock	0049 (0)381 / 490 91 86
Saarbrücken	0049 (0)681 / 3 22 62
Siegen	0049 (0)271 / 771 11 01
Stuttgart	0049 (0)711 / 615 91 91
Trier	0049 (0)681 / 3 22 62
Tübingen	0049 (0)7071 / 97 38 38
Ulm	0049 (0)731 / 602 08 81
VS-Villingen	0049 (0)7721 / 50 21 31
Würzburg	0049 (0)931 / 57 33 22
Zürich	043 / 960 20 00



Im Internet finden Sie uns auf www.paracelsus-schulen.ch

In Kooperation mit:



ClapTzu KULTKOSMETIK.DE



PRIMAVERA®



MARTINA GEBHARDT
NATURKOSMETIK



u.v.m.



Europas Ausbildungsinstitut Nr. 1 für
Naturheilkunde, Psychologie und Wellness

Paracelsus Schulen GmbH

Berninastraße 47a
8057 Zürich

Tel.: +41 (0) 43 960 20 00

E-Mail: zuerich@paracelsus-schulen.ch

www.paracelsus-schulen.ch

Überreicht durch: