

**❖ Beauty und Wellness****Mikronährstoffe im Sport – Modul der Ausbildung z. Sportheilpraktiker/in bzw. Fachberater/in für Training und Sporttherapie**

Breitensportler/innen und Leistungssportler/innen ganzheitlich beraten und mittels Naturheilkunde unterstützen – dafür soll der/die Sportheilpraktiker/in, Fachberater/in für Training und Sporttherapie eine theoretische und praxisorientierte Grundlage schaffen.

**Modul Mikronährstoffe**

Wer Sport treibt, verbraucht mehr Energie. Diese wird über einen erhöhten Stoffwechselumsatz bereitgestellt. Dafür benötigt der Organismus nicht nur mehr Sauerstoff und Energielieferanten sondern auch mehr Mikronährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.

Eine ausreichende Zufuhr dieser Mikronährstoffe ist für Leistungsfähigkeit und Gesundheit der Sportler/innen essenziell. Die bedarfsgerechte Versorgung mit bestimmten Vitaminen, Mineralstoffen etc. erhöht zudem die Regenerationsfähigkeit des Körpers und vermindert die Verletzungsgefahr. Wissenschaftlich belegt ist auch, dass eine individuelle Supplementierung von Mikronährstoffen auch das Immunsystem von Sportlern stabilisiert und die mentale Leistungsfähigkeit verbessert.

Im Kurs werden die für Sportler/innen wichtigsten Mikronährstoffe und ihre Wirkungen im Organismus besprochen.

Das Seminar ist Bestandteil der Ausbildung z. Sportheilpraktiker/in – Fachberaterin f. Training und Sporttherapie, kann jedoch auch einzeln gebucht werden.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, Heilpraktikeranwärter/innen, Physiotherapeuten/innen, Sportlehrer/innen, Trainer/innen, Osteopathen/innen.

**Termine**

So, 01.11.2026  
09:00-18:00 Uhr  
So, 15.11.2026  
09:00-18:00 Uhr  
[und 1 mehr](#)

**Preis**

510,00 €

**Schule**

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Köln  
Barbarossaplatz 4  
50674 Köln  
Tel. 0221-923 07 70

**Seminarnummer**

SSH500911238

**Anmeldemöglichkeiten**

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 03.02.2026

**Dozentin****Gabriele Lange**

Gabriele Lange hat in Chemie an der Universität zu Köln promoviert. Sie hat neben der Heilpraktikerausbildung eine Tierheilpraktikerausbildung genossen und Weiterbildungen zur Ernährungsberaterin, in Homöopathie und in Astrologie absolviert.