

## Stundenplan

# Übungsleiterfortbildung im Rehabilitationssport

<b>Lehrgangsnr.:</b>	<b><i>H23F16</i></b>
<b>Fortbildungsname:</b>	<b><i>Stress und Burnout und ihre <sup>?</sup> Auswirkungen auf die körperliche und psychische Gesundheit</i></b>
<b>Ausbildungsort:</b>	<b><i>Rotenburg a.d. Fulda</i></b>
<b>Datum:</b>	<b><i>Donnerstag, 30. März 2023</i></b>
<b>Durchführungszeiten:</b>	<b><i>9:00 - 16:00</i></b>
<b>Lehrgangleitung:</b>	<b><i>Dr. Jutta Bott</i></b>
<b>Referenten:</b>	<b><i>Dr. Jutta Bott, Dr. Klaus Edel</i></b>
<b>Telefon:</b>	<b><i>01577 - 1333344</i></b>
<b>E-Mail:</b>	<b><i>jutta.bott@t-online.de</i></b>

**Änderungen unter Vorbehalt!!!**

# Stundenplan

Donnerstag, 30. März 2023

Zeit	Anzahl Lern- einheiten	Ort	Themen/Inhalte	Referent
09:00 - 10:30	2 LE	Seminarraum	Begrüßung, Theoretische Grundlagen zum Thema Stress und Burnout; Was unterscheidet Burnout von Depressionen?	Bott
10:30 - 12:00	2 LE	Seminarraum	Theoretische Modelle zur Stresskompensation, das Burnoutmodell nach Freudenberger	Bott
12:00 - 13:00			Mittagspause	
13:00 - 14:30	2 LE	Seminarraum	Das Herz-Kreislaufsystem und die Auswirkungen von Stress auf die körperliche Gesundheit	Edel
14:30 - 16:00	2 LE	Seminarraum	Risikofaktoren, Post-Covid-Syndrom im Rehasport	Edel
16:00			Verabschiedung, Ende	

LE's insgesamt

8 LE

## Bemerkungen/Hinweise:

Bitte gemütliche, sportliche Kleidung tragen und Schreibsachen

mitbringen.

---



---



---