

ROLLATOR-FIT®

Der Rollator, zuerst reine Gehhilfe, wird zum sportlichen Alltagsbegleiter und ermöglicht einzelnen trainingsbegeisterten Senior*innen z.B. durch ROLLATOR-FIT® (Gymnastik, Tanz und Spiel) oder Rollator-Walking sogar teilweise wieder freies Gehen.

Die Teilnehmenden der Fortbildung setzen sich in Theorie und Praxis mit den unterschiedlichen Bewegungsangeboten rund um den Rollator auseinander. Dabei stehen die motorischen Ziele wie Kraft und Ausdauer neben denen der Sturzprophylaxe, Konzentrationsförderung, kognitiver Leistungsfähigkeit sowie die Förderung der Bewegungsgeschicklichkeit mit dem Rollator im Vordergrund.

Lebensfreude und Spaß an gemeinsamen Gruppenerlebnissen stehen im Vordergrund. Es werden Erkenntnisse im Bereich des Trainings von stabilisierenden Bewegungsprogrammen für Fitness und Gesundheit zur Leistungssteigerung älterer Personen ab 70 vermittelt. Die Teilnehmer*innen erhalten vielen Ideen für den Einsatz des Rollators als Trainingsgerät in den Bewegungsprogrammen.

Ein Rollator ist zur Fortbildung mitzubringen! Das Lehrmaterial wird als Download bereitgestellt.

Termin:	18. April 2026	Zeit: 9:30 – 16:30 Uhr
Zielgruppe:	Übungsleiter*-, Trainer*innen, Physio-, Ergotherapeut*in, Alten-, Krankenpfleger*in, Betreuungskräfte, Sportwissenschaftler*in	
Voraussetzungen:	Basismodul Fitness- und Gesundheitstraining o. ÜL-/ Trainer*in-Lizenz professionelle Ausbildung (u.a. Sportwissenschaftler*in, Physiotherapeut*in, Ergotherapeut*in, Altenpfleger*in, Krankenpfleger*in, Betreuungskräfte gemäß §§ 43b, 53c SGB XI) durch Zusendung der entsprechenden Nachweise	
Abschluss:	Teilnahmebescheinigung	
Verlängerung von:	ÜL-Lizenz C + B / sowie zur Verlängerung eines entspr. DTB-Akademie Zertifikates anerkannt	
Weiterbildungsumfang:	8 Lerneinheiten (0,2 ECTS)	
Referent/in	DTB Referent Michael Lindner	
Ort:	36396 Steinau an der Straße / Halle am Schloss / Schloßstraße 22	
Teilnahmegebühr:	125,- € regulärer Preis	95,- € GYM CARD-Preis
	ohne Verpflegung, Bestellung möglich / ohne Übernachtung, auf Anfrage möglich	
Frühbucher-Rabatt:	5,- € bei Anmeldungen bis zum 28.02.2026	
Anmelden bis:	08.04.2026 (<i>Anmeldeschluss wurde verlängert</i>)	
Information:	DTB-AKADEMIE HESSEN DTB-Akademie-Team Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt am Main Tel.: 069 / 678 01-189/134 / Fax: 069 / 678 01-179 E-Mail: dtb-akademie@dtb-online.de	
Anmeldung & Information	über die Homepage des TG-Kinzig https://www.tg-kinzig.de/ausbildung-und-fortbildung/ oder direkt über das / die	
DTB-Gymnet:	https://events.dtb-gymnet.de/index.php?q=eventdetails&evsuEventID=107283	
DTB-Akademie:	https://www.dtb-akademie.de/dtb/ausbildung-fuer-aeltere/fort-und-weiterbildungen-aeltere/fortbildungen-aeltere	
Informationen:	Ursula Steinau, Ahornweg 27, 36381 Schlüchtern	
vor Ort:	Tel.: 06661 6871 / E-Mail: TG-Kinzig.usteinau@gmx.de (nur Info - keine Anmeldung)	