

Trainer für Rückengymnastik im Betriebssport

Ort: RIGK GmbH, Friedrichstr. 6, 4. OG, 65185 Wiesbaden

Zeit: 1–2-mal pro Woche, je 60-90 Minuten vorzugsweise ab 17:00 Uhr

Stundenlohn: 20,00 €, Abrechnung erfolgt monatlich

Aufgabenbeschreibung

Wir suchen einen qualifizierten Trainer für Rückengymnastik, der unsere Mitarbeiter im Rahmen des Betriebssports unterstützt. Ziel ist es, die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Mitarbeiter durch gezielte Übungen zu fördern.

Inhalte der Kurse

Einführung in die Grundlagen der Rückengymnastik

Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur

Verbesserung der Körperhaltung und Flexibilität

Entspannungstechniken und Stressabbau

Anforderungen

Qualifikation als Trainer im Bereich Rückengymnastik oder vergleichbare Ausbildung

Erfahrung in der Durchführung von Gruppenkursen

Fähigkeit, auf individuelle Bedürfnisse der Teilnehmer einzugehen

Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit

Ansprechpartner für Rückfragen

Mareike Di Leo

T +49 611 308600 - 10

dileo@rigk.de

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung und darauf, gemeinsam die Gesundheit unserer Mitarbeiter zu fördern.