B
G B Schweiz

Fitnessguide

LABEL DE QUALITÉ «LES PRESTATAIRES DE COURS FITNESS-GUIDE»

Liste/sélection de méthodes Glarner Krankenversicherung

glarner krankenversicherung

Valable à partir de 1.1.2025

ZONE DE COURS	MÉTHODE	OUI	NON	GCQP[1]
Entraînement fitness en groupe	Aérobic	×		2
	Aqua-fitness	×		2
	Entrainement d'endurance	×		2
	Fit-Gym	×		2
	Nia	×		2
	Power Yoga	×		2
	Running	×		2
Entraînement physique fonctionnel	Antara®	×		2
	Entrainement du plancher pelvien	×		4
	BGB Osteofitness®	×		4
	Gymnastique	×		4
	Entraînement pour les seniors	×		4
	Nordic Walking	×		2
	Formation personelle	×		4
	Pilates	×		3
	Activité physique rythmique			
	Prophylaxie des chutes	×		4
	Walking	×		2
Méthodes de mouvement et de détente spéciales	Entraînement à la pleine conscience			
	Gymnastique respiratoire			
	Training autogène	×		3
	Entraînement biocinématique	×		5
	Coaching santé			
	Entraînement cardio en groupe			
	Entraînement en groupe face au cancer			
	Aquagym contre le rhumatisme			
	Spiraldynamik			
	Tai Chi	×		4
	Qi Gong	×		4
	Yoga	×		4
Dos+posture	Gymnastique du dos	×		4
Maternité	Préparations à l'accouchement	×		5
	Gymnastique prénatale	×		5
	Gymnastique postnatale	×		5
Danse	Danse en solo	×		3
	Danse de couple	×		3

36 Méthodes / Offres de cours (reconnu: 28)

[1] GCQP: Grille de classification des qualifications professionnelles du champ professionnel de la promotion de l'activité physique et de la santé