



Ausbildungsbeschreibung

# **Ganzheitlicher Gesundheits-und Ernährungs- Coach**

Februar 2027 bis Dezember 2027

Raum Tübingen



Tübinger Akademie  
für Weiterbildung

## Termine Teil 1: Ganzheitlicher Gesundheits- und Ernährungscoach Grundlagen (GEG)

2027

| <b>1. Grundlagen +Ziele</b><br><b>3 Tage</b> Anja Abel<br><b>Fr-So 19.-21.02.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>2. Medizinische Grundlagen</b><br><b>3 Tage</b> Dr. Celia König<br><b>Fr-So 12.-14.03.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>3. Kommunikation + Beratung</b><br><b>3 Tage</b> Anja Abel<br><b>Do-Sa 22.-24.04.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>4. Ernährung I</b><br><b>3 Tage</b> Dr. Celia König<br><b>Neu Fr-So 04. -06.06.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen, Ausbildungs-überblick</li> <li>• Gesundheitsbegriff</li> <li>• Salutogenese</li> <li>• Einsatzfelder und Modelle für Gesundheits-und Ernährungs-Coaching</li> <li>• Persönliche Ziele</li> <li>• Stressmanagement</li> <li>• Resilienz</li> <li>• Brain Gym</li> <li>• Hui Chun Gong</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Herz-Kreislaufsystem</li> <li>• Organe und ihre Aufgaben</li> <li>• Blut- und Lymphsystem</li> <li>• Das Nervensystem</li> <li>• Der Bewegungsapparat</li> <li>• Die Wirbelsäule</li> <li>• Umgang mit körperlichen Einschränkungen</li> <li>• Bewegungspausen</li> <li>• Nordic Walking und Dehnungs-übungen</li> <li>• Augenübungen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagen der Kommunikation</li> <li>• Kommunikations-Modelle</li> <li>• Wahrnehmungs-Training</li> <li>• Kalibrieren und Rapport halten</li> <li>• Ich-Botschaften</li> <li>• Gesprächsführung</li> <li>• Werte</li> <li>• Positive Sprache</li> <li>• Wandercoaching</li> <li>• Entspannung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagen der Ernährung</li> <li>• Ernährungsphysiologie</li> <li>• Stoffwechseleoptimierung</li> <li>• Gewichtsregulation</li> <li>• Entlasten durch Fasten</li> <li>• Kühlschrankscheck</li> <li>• Somatische Intelligenz</li> <li>• Essen und Psyche</li> <li>• Ernährungsprotokoll</li> </ul> |

## Termine Teil 2: Aufbau zum Ganzheitlichen Gesundheits- und Ernährungs-Coach (GEA)

| <b>5. Coaching-Grundlagen</b><br><b>3 Tage</b> Anja Abel<br><b>Fr-So 16.-18.07.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>6. Coaching-Vertiefung</b><br><b>3 Tage</b> Anja Abel<br><b>Do-Sa 23.-25.09.27</b>                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>7. Ernährung II</b><br><b>3 Tage</b> Dr. C. König Lehrküche<br><b>Fr-So 22.-24.10.2027</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>8. Abschluss</b><br>Abel / König<br><b>03.-04.12.27</b>                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching-Grundlagen</li> <li>• Phasen im Coaching</li> <li>• Erstkontakt und Vorgespräch</li> <li>• Auftragsklärung</li> <li>• Metamodell</li> <li>• Walt Disney</li> <li>• Erarbeiten positiver und realistischer Gesundheitsziele</li> <li>• Klopfen mit Pep</li> <li>• Live-Coaching</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemfeld-Analyse nach dem systemischen Ansatz</li> <li>• Glaubenssätze ändern</li> <li>• Prozess-Kompetenz</li> <li>• Coaching-Beziehung und Interaktive Fähigkeiten</li> <li>• Symptom-Deutung und Symptom-Reframing</li> <li>• Klopfen / PME Muskelentspan.</li> <li>• Live-Coaching</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Säure-Basen-Haushalt</li> <li>• Zielgruppen-Ernährung</li> <li>• Wechseljahre</li> <li>• Happy Aging...</li> <li>• Vollwert-, vegetarische und vegane Ernährung,</li> <li>• Qualität der Lebensmittel</li> <li>• Food Trends</li> <li>• Praxis in der Lehrküche</li> <li>• Bewegungspausen</li> <li>• Essen bei Krankheiten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Live-Coachings mit Feedback</li> <li>• Ernährungsberatung</li> <li>• Präsentationen und Vorträge</li> <li>• Abschluss</li> <li>• Verleihung der Zertifikate</li> </ul> |

Themen und Termine können sich ändern

# A. Informationen zur Gesundheits-und Ernährungs-Coach-Ausbildung

## Vorwort

Gesundheit erweist sich als wirksamer und notwendiger Gegenpol, wenn Stressfaktoren und ungesunde Lebensweisen unseren Alltag immer stärker prägen.

Gesundheit ist dabei mehr als die Abwesenheit von Krankheit: Ein Zustand psychischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens. Als wesentliche Säulen der Gesundheit gelten: Zugehörigkeit, (Familie, Freunde etc.), Wertschätzung und Anerkennung, Bewegung, Entspannung und vor allem die Ernährung. Wir essen nicht nur um satt zu werden, sondern führen damit unserem Körper all das zu, was er braucht, um optimal zu funktionieren und um die gestiegenen beruflichen und auch privaten Anforderungen bewältigen zu können.

## Berufsbild Gesundheits- und Ernährungscoach

Das Thema „Gesundheit“ hat in der heutigen Zeit zunehmend an Bedeutung gewonnen. Die demographische Entwicklung in Deutschland und das wachsende Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung führen zu einer zusätzlichen Nachfrage nicht nur an herkömmlichen professionellen Dienstleistungen in den Bereichen Gesundheit, Pflege und Betreuung, sondern vor allem auch in den Feldern Prävention, Ernährung und Resilienz.

Außerdem haben die absehbaren Einsparungen im Gesundheitswesen zur Folge, dass der einzelne mehr Verantwortung für sich und seine Gesundheit und Ernährung übernehmen muss.

Vor allem im präventiven Bereich hat sich deshalb ein hoher Bedarf an Beratung und Begleitung entwickelt.

Wer heute professionell im Gesundheitsbereich tätig ist, muss über folgende Fähigkeiten und Kenntnisse verfügen:

- Coaching-Kompetenz, um Menschen bei der Erreichung ihrer Gesundheitsziele zu begleiten, Blockaden aufzuheben, alte Glaubenssätze aufzulösen und durch eine empathische Gesprächsführung und Ressourcenarbeit diese Probleme zu lösen.
- Ganzheitliche Kenntnisse einer gesunden Ernährung, zielgruppenspezifische unterschiedliche Bedürfnisse erkennen und umsetzen können
- Kenntnisse der vielfältigen Bewegungs- und Entspannungs-Methoden und deren Wirkungen
- Bedarfsorientierte Gesundheits-Konzepte und Bewegungsprogramme entwickeln können

Die äußerst interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit macht dieses neue Berufsbild zu einem innovativen und spannenden Zukunftsberuf.

Gesundheits- und Ernährungscoaches, die die Fortbildung bei der Tübinger Akademie absolviert haben, öffnen sich **hervorragende berufliche Chancen**:

Neue Tätigkeitsfelder wie z.B. im Bereich der Kooperation mit Ärzten oder Physiotherapeuten, im gesamten Rehabilitationsbereich und in der Prävention sowie der Beratung und Betreuung im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung, Pflege und Coaching in Schulen sind inzwischen entstanden und haben ein enormes Zukunftspotenzial.

# Die Ausbildung zum Gesundheits-und Ernährungskoach der Tübinger Akademie

Unsere Weiterbildung zum Gesundheits-und Ernährungskoach wird den oben genannten Anforderungskriterien gerecht. Mit **23 Seminartagen** gehört diese Weiterbildung zu einem qualitätsvollen Bildungsangebot auf dem Gesundheits-Markt. Außerdem sind wir seit 17 Jahren nach DIN ISO 9001 zertifiziert.



## Unsere Ausbildung zeichnet sich insbesondere durch folgende Aspekte aus:

- Kein anonymes, praxisfremdes Fernstudium, sondern ein lern- und übungsintensives Präsenztraining
- Qualifizierte Trainer\*innen mit langjähriger praktischer Erfahrung: Über uns erfahren Sie mehr auf unserer Homepage [www.tuebinger-akademie.com/gesundheits](http://www.tuebinger-akademie.com/gesundheits)
- Gelernt wird in kleinen Gruppen. Damit werden eine vertraute Kurs-Atmosphäre und eine optimale Übungs-Begleitung durch unsere Referenten gewährleistet.
- Coaching-Kompetenz und Motivationstechniken sind wesentliche Elemente dieser Weiterbildung: Dazu gehören Grundlagen der Beratung, Projektarbeit, Klein-Gruppen-Treffen, Übungssequenzen und Feedbacks hinsichtlich der individuellen Stärken und des persönlichen Entwicklungspotenzials.
- Das breit gefächerte Lehrangebot und die Vielfalt der präventiven und gesundheitsfördernden Methoden sowie der Ernährungsmodule ermöglichen Ihnen die kompetente Planung und Durchführung unterschiedlicher Gesundheits-Angebote sowohl für Einzelpersonen als auch für Gruppen. Traditionelle asiatische Bewegungsformen und modernes Ausdauer- und Bewegungstraining, vielfältige Entspannungstechniken, Selbst- und Naturerfahrung lassen sich abwechslungsreich und zielgruppenspezifisch kombinieren.
- Sie bekommen leicht verständliche, gut strukturierte und bebilderte Teilnehmer-Unterlagen in Farbe als unterstützende Lernmaterialien.

## Zielgruppen

Diese Weiterbildung richtet sich insbesondere an Personen, die Beratung und Coaching im Gesundheitsbereich zur Erweiterung ihres professionellen Handlungsrepertoires einsetzen möchten:

- **Beratung und Coaching:** Trainer\*innen, Sozialpädagog\*innen, (Schul-) Sozialarbeiter\*innen, Erzieher\*innen, Psycholog\*innen, Therapeut\*innen, Supervisor\*innen, Familienhelfer\*innen, Seelsorger\*innen, Diakon\*innen, Pfarrer\*innen...
- **Sport und Bewegung:** z.B. Sportlehrer\*innen, Übungsleiter\*innen, Sporttherapeut\*innen, Ergotherapeut\*innen, Fitnesstrainer...
- **Medizin und Pflege:** Arzthelfer\*innen, Krankenpfleger, Krankenschwestern, Krankengymnast\*innen, Physiotherapeut\*innen, Ernährungsberater\*innen, Hebammen, Heilpraktiker\*innen...
- **Neustart:** Wenn Sie sich ein weiteres, neues berufliches Standbein aufbauen wollen oder ein zweites berufliches Standbein entwickeln wollen.
- **Und an alle,** die ihre eigene Gesundheit und Ernährung verbessern wollen...

## Anwendungsbereiche

- Gesundheits-und Ernährungscoach in der eigenen Organisation oder im eigenen Unternehmen
- Kooperation z.B. mit Gesundheitshäusern und Seminarhotels, Kureinrichtungen, Ferienclubs, Fitnesscenter, Kosmetikstudios,
- Kooperation mit Arzt- und Psychotherapiepraxen, Krankenhäusern und Reha-Zentren,
- Kooperation mit Physiotherapie- und Massagepraxen
- Betriebliche Gesundheitsvorsorge und betriebliches Gesundheits- und Ernährungscoaching
- Freie Angebote: z. B. für Weiterbildungseinrichtungen vor Ort wie Volkshochschulen, Angebote für spezifische Zielgruppen, (z.B. ältere Menschen, adipöse Kinder, Menschen mit Unverträglichkeiten oder eine Burnout-Problematik, usw.
- Angebote für einzelne Menschen (Personal-Coaching oder Ernährungscoaching)
- In eigener Praxis als Gesundheits-und Ernährungscoach

Unsere bisherigen Erfahrungen haben gezeigt, dass diese Fortbildung auch eine gute Möglichkeit bietet, nach einer beruflichen Pause wieder ganz oder teilweise **ins Berufsleben einzusteigen**. Auch für Personen, die aus ihrer bisherigen Berufstätigkeit umsteigen wollen, bietet die Ausbildung eine **Ausgangsbasis für die berufliche Weiterentwicklung oder Neuorientierung**.

## Fördermöglichkeiten

### ESF- Förderung – jetzt für alle 45% Ermäßigung

Die Förderung richtet sich vor allem an folgende Zielgruppen:

- Freiberufler, Existenzgründer, Gründungswillige, Unternehmer\*innen
- Wiedereinsteiger\*innen nach der Familienphase, Selbstständige
- Ausbilder\*innen, Trainer\*innen, Berater\*innen
- und alle Angestellten, die nicht in Einrichtungen arbeiten, die zu mehr als 50% aus öffentlichen Mitteln getragen sind.

1. Die Ausbildung wird im Rahmen des EU-Förderprogramms Fachkurse (ESF) gefördert. Die Förderung gilt für nahezu alle und beträgt **45% der Ausbildungsgebühren**.

Die Formalitäten übernehmen wir für Sie.

2. Die Tübinger Akademie ist anerkannt als Bildungseinrichtung nach dem baden-württembergischen Bildungszeitgesetz.

Das bedeutet: Sie können für diese Weiterbildung zusätzlich bis **zu 5 Tage bezahlten Bildungsurlaub** pro Jahr in Anspruch nehmen.

<https://rp.baden-wuerttemberg.de/themen/bildung/seiten/bildungszeit/>

Uns finden Sie auf der Liste der anerkannten Bildungseinrichtungen unter T



Kofinanziert vom Ministerium für  
Soziales, Gesundheit und Integration  
Baden-Württemberg



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

## Inhalte der Weiterbildung

Unser Ausbildungs-Curriculum vermittelt eine optimale Auswahl von Wellness, Fitness und Bewegungsformen sowie umfassende Aspekte einer gesunden Ernährung unter Berücksichtigung von aktuellen Trends wie z.B. „vegane Ernährung“ nach dem Prinzip „Learning by doing“. Außerdem erleben Sie selbst ungewohnte Lebensmittel wie z.B. Urgetreide oder gesundheitsfördernde Öle, die Sie in unserer Lehrküche selbst verarbeiten und verkosten können. Und Sie erfahren natürlich auch die gesundheitsfördernde und wohltuende Wirkung bei sich selbst. Parallel dazu lernen Sie zentrale Beratungs- und Coachingkompetenzen.

### Methoden und Inhalte von A bis Z

- |                                |                                    |
|--------------------------------|------------------------------------|
| ◆ Alternative Ernährungsformen | ◆ Lehrküche                        |
| ◆ Anamnese                     | ◆ Live-Coachings                   |
| ◆ Angebotserstellung           | ◆ Metabolisches Syndrom            |
| ◆ Atemübungen                  | ◆ Medizinische Grundlagen          |
| ◆ Bewegungspausen              | ◆ Nahrungsmittelallergien          |
| ◆ Beratungssetting             | ◆ NLP-Formate                      |
| ◆ Brain Gym                    | ◆ Praxisprojekt                    |
| ◆ Burnout Prävention           | ◆ Nordic-Walking                   |
| ◆ Coaching-Techniken           | ◆ Progressive Muskelentspannung    |
| ◆ EFT, „Klopfen“               | ◆ Säure-Basen-Haushalt             |
| ◆ Entspannung                  | ◆ Somatische Intelligenz           |
| ◆ Ernährungsgrundlagen         | ◆ Stressmanagement                 |
| ◆ Gesprächsführung             | ◆ Wahrnehmungsschulung             |
| ◆ Gruppenarbeit                | ◆ Walking                          |
| ◆ Hui Chun Gong                | ◆ Zielgruppenspezifische Ernährung |

Wenig Bewegung und falsche Ernährung charakterisieren unseren heutigen Lebenswandel und führen zu körperlichen Einschränkungen, die mittlerweile in jeder Altersgruppe anzutreffen sind. Dadurch wächst die Anforderung an den Gesundheits- und Ernährungscoach mit degenerativen Erscheinungen am passiven Bewegungsapparat und des Herz-Kreislaufsystems umgehen zu können.

Die Arbeit mit dem Anamnesebogen führt Sie in die verschiedenen Krankheitsbilder des Bewegungsapparates (z.B. Bandscheibenvorfall) und des Herz-Kreislaufsystems (z.B. Bluthochdruck) ein und gibt Sicherheit beim rechtzeitigen Erkennen von möglichen Einschränkungen ihrer Kunden oder Kursteilnehmer.

Außerdem werden die Rahmenbedingungen des Coachings und von Kursangeboten besprochen wie z.B. Sicherheitsvorkehrungen, Merkblatt für die Teilnehmer bzw. Coachee / Klient/ Ratsuchender.

### Die Gesundheits-und Ernährungscoach Ausbildung als persönliche Weiterentwicklung

Das Besondere an unserer Gesundheits-und Ernährungscoach Ausbildung ist, dass auch Sie als Teilnehmer\*in ihre eigene Gesundheit während der Ausbildung unterstützen.

Sie erleben Ihre eigene Fortbildung zum Gesundheits-und Ernährungscoach als ganzheitliche Erfahrung und persönliche Weiterentwicklung. Diese wichtige Lern- und Lebensphase wird getragen vom Gesundheits-Gedanken und ist eingebettet in ein gesundes Ambiente und eine wohlwollende Seminar-Atmosphäre.

## B. Die Ausbildungsschwerpunkte

### 1. Theoretische Inhalte Gesundheit und Coaching

- Gesundheit: Definitionen, das Verständnis von Gesundheit als Prozess, Salutogenese, Work-Life-Balance
- Grundlagen der Beratung: Wahrnehmungsschulung, Kommunikationsmodelle, Feedback- und Fragetechniken
- Gesprächsführung: Gesprächsleitfäden, schwierige Gesprächssituationen
- Medizinische Grundlagen: Herz-Kreislaufsystem, Organe und ihre Aufgaben, Blut und Lymphsystem, Nervensystem, Bewegungsapparat, Wirbelsäule, Sicherheit im Umgang mit Einschränkungen
- Grundlagen des Coachings: Prozess, Setting, Vertrag, Zieldefinition, Erfolgskontrolle, Abschluss etc.
- Stressmanagement und Resilienzfaktoren,

### 2. Theoretische Inhalte Ernährung

- Grundlagen der Ernährung

Sie lernen die ernährungsphysiologischen Grundlagen kennen, die Mechanismen unseres Stoffwechsels sowie die zentralen Bausteine: Vitamine, sekundäre Pflanzenstoffe, Mineralstoffe, Eiweiße, Fette und Kohlenhydrate. Sie vergleichen verschiedene Formen der Gewichtsreduktion und setzen sich mit dem Säuren-Basen-Haushalt, alternativen Ernährungsformen und zielgruppenspezifischer Ernährung auseinander. Sie erhalten Hintergrundwissen für das Ernährung coaching, Erstellen eines Ernährungs-Protokolls und einen Fragenkatalog für ein zielführendes Ernährungsge spräch an die Hand. Sie werden die Vorzüge bestimmter Lebensmittel kennen lernen und die als Superfoods bezeichnete Lebensmittel mit den heimischen Nahrungsmitteln vergleichen. Abgerundet wird die Theorie mit praktischen Fallbeispielen.

- Ernährungsbedingte Krankheiten

Industriell verarbeitete Nahrung enthält oft viel Zucker, isolierte Kohlenhydrate, minderwertige Fette und eine Vielzahl an Zusatzstoffen. Diese Industrienahrung in Kombination mit einer Inaktivität und fehlender Stressprävention liefern die Grundlage für unsere weit verbreiteten Zivilisationserkrankungen. Dazu zählt das metabolische Syndrom, welches sich durch Diabetes Typ II, Bluthochdruck, erhöhter Cholesterinspiegel, hohe Homocysteinwerte, Herz-Kreislaufkrankungen, Fettleber, Alzheimer und sogar Krebs manifestieren kann. Diesen Krankheiten gehen chronische Entzündungsprozesse voraus, die langfristig sämtliche Körperfunktionen in Mitleidenschaft ziehen. Bei einer Ernährungsumstellung mit naturbelassenen Produkten, die viele natürliche Ballaststoffe, essentielle Mikronährstoffe und Fettsäuren und auch Vitalstoffe enthalten, können den Zivilisationskrankheiten eingegrenzt werden.

### 3. Praktische Methoden

- **Brain Gym:** Leichte und schnelle Übungen zur Steigerung der Lern- und Konzentrationsfähigkeit, die überall eingesetzt werden können.
- **Augenübungen:** Lockerungsübungen werden kombiniert mit einigen Methoden der Augenschule. Die Augenentspannung wird mit kleinen Phantasie Reisen eingeleitet.
- **Hui Chun Gong:** ist eine besondere Unterform des Qi Gong, eine chinesische Form der Bewegungs-, Gesundheits- und Meditationslehre, deren Wurzeln in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und in der Philosophie des Taoismus liegen. Hui Chun Gong umfasst 18 Übungen zum Energieaufbau und zur inneren Balance.
- **Nordic Walking:** Beim Walking und beim Nordic Walking werden im Vergleich zum Joggen die Sehnen, Bänder und Gelenke geschont. Nordic Walking ist leicht in den Alltag zu integrieren und deshalb besonders geeignet, den Passivitätskreislauf unserer Tage zu durchbrechen und ein neues Körpergefühl zu entwickeln. Nordic Walking ist präventiv wirksam. Das Herz-Kreislauf-System wird leistungsfähiger, der Stoffwechsel ökonomischer. Muskeln werden aufgebaut, das Gehirn wird vermehrt mit Sauerstoff versorgt und die Psyche positiv beeinflusst
- **Progressive Muskelentspannung:** Leichte Übungen im Liegen oder Sitzen, bei der bestimmte Muskelgruppen nacheinander willentlich angespannt und anschließend bewusst wieder entspannt werden. Durch den Wechsel von An- und Entspannung wird ein tieferes Gefühl der Entspannung und des körperlichen Wohlbefindens gefördert, das hilft, Stress abzubauen und die Körperwahrnehmung zu verbessern. Die Methode ist leicht erlernbar und kann bei stressbedingten Beschwerden wie Muskelverspannungen, Schlafstörungen oder Bluthochdruck Linderung verschaffen.
- **EFT:** Die EFT-Klopftechnik, auch bekannt als Emotional Freedom Techniques, ist eine Methode, bei der durch sanftes Klopfen auf bestimmte Akupressurpunkte am Körper emotionale Blockaden, Stress und Ängste reduziert werden können. Sie kombiniert Elemente der traditionellen chinesischen Medizin mit psychologischen Ansätzen und konzentriert sich darauf, belastende Emotionen zu verarbeiten, während man sich auf die jeweilige Problematik fokussiert.
- **Bewegungspausen:** Aktivierung am Arbeitsplatz, kurze und einfache Übungen für den Kreislauf, den Rücken und die Konzentrationsfähigkeit

Für alle Fragen wenden Sie sich gerne telefonisch oder per Email an uns! Wir stehen gerne Rede und Antwort und freuen uns auf Ihre Anfragen!

**Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstraße 7, 72138 Kirchentellinsfurt**

Tel: 07121 / 600131, E-Mail: [info@tuebinger-akademie.de](mailto:info@tuebinger-akademie.de), [www.tuebinger-akademie.de](http://www.tuebinger-akademie.de)

**Wir beraten Sie gerne persönlich! Telefon: 07121 600131**

## C. Fakten zur Ausbildung

### Abschluss und Zertifizierung

Die Teilnehmer/innen erhalten bei erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung das Zertifikat: **Gesundheits- und Ernährungscoach** der Tübinger Akademie für Weiterbildung sowie das Zertifikat „**Mental Health**“

Voraussetzungen dafür sind:

- Die regelmäßige Teilnahme an den Kurseinheiten (max. 10% Fehlzeiten), es kann nachgeholt werden
- Die regelmäßig besuchten Treffen in Übungsgruppen (dokumentiert mit Formular)
- Praxisprojekt: Die Durchführung von Coachingeinheiten und einer Gruppenaktivität und deren Dokumentation in Berichtsform
- Die erfolgreiche Teilnahme an der Abschlussprüfung (praktische Demo)

### Zeitlicher Umfang

Die Weiterbildung erstreckt sich über einen Zeitraum von einem knappen Jahr und umfasst 23 Seminartage mit 7 Seminarmodulen (7 x 3 Tage, circa alle 6 Wochen am Wochenende) und 2 Tage zum Abschluss. Außerdem kommen noch regionale Übungsgruppen und ein begleitendes Praxisprojekt sowie Einzelcoachings dazu.

### Seminarzeiten/Termine

Anreise ab 9.30, Beginn am ersten Tag des ersten Moduls ist 10 Uhr, an den darauf folgenden Tagen und Modulen immer um 9 Uhr, Ende ca.18.00 oder auch mal 18.30.

Der letzte Seminartag jedes Moduls endet jeweils um 17 Uhr.

### Beginn der Weiterbildung und Kosten:

Die Termine sehen Sie auf Seite 1 und in der aktuellen Kursinformation.

Der aktuelle Preis liegt bei **3.600 €** (inklusive Lebensmittel), mit **45% ESF** sind es nur noch **1.980 €!**

**Bei einer ESF-Förderung werden die Raten entsprechend gekürzt und von uns abgebucht.** In den Ausbildungskosten sind die ausführlichen Teilnehmer-Unterlagen enthalten. Es werden keine zusätzlichen Prüfungsgebühren erhoben.

### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt in schriftlicher, bevorzugt digitaler Form bei der Akademie für Weiterbildung. Bei Interesse senden wir Ihnen das Anmeldeformular sowie die ESF-Bögen für die Förderung zu. Diese Bögen füllen sie direkt am PC aus und senden sie an uns zurück, den Rest erledigen wir für Sie und Sie bezahlen nur die reduzierten Raten.

### Veranstaltungsort Wortwerkstatt,



**72127 Kusterdingen,  
Jahnstraße 63**

Genügend Parkplätze im Hof  
Schöne überdachte Terrasse  
Küche mit Kaffeemaschine,  
Kühlschrank, Geschirr etc.

## ANMELDUNG und AUSBILDUNGSVERTRAG GGE 2

Tübinger Akademie für Weiterbildung: **Grundlagen GC und EC (GEG)**

**Zeitraum:** 19. Februar 27 bis zum 13. Juni 27  
**Abschluss:** Grundlagen Gesundheits-+Ernährungscoach GEG  
**Ausbildungsgebühren:** 1.800 €, zahlbar als Gesamtbetrag oder in 3 Raten á 600 €  
1. Rate: bei Vertragsabschluss      2. Rate: 01.03.27      3. Rate: 01.05.2027

Tübinger Akademie für Weiterbildung: **Aufbau zum GC und EC (GEA)**

**Zeitraum:** 16. Juli 27 bis zum 04. Dezember 27  
**Zertifizierter Abschluss:** Gesundheits-und Ernährungscoach  
**Ausbildungsgebühren:** 1.800 €, zahlbar als Gesamtbetrag oder in 3 Raten á 600 €  
1. Rate: 01.07.2027      2. Rate: 01.9.2027      3. Rate: 01.11.2027

**Bei einer ESF-Förderung verringern sich die Raten prozentual um 45%**

**Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und die Rechnung.**

Die Ausbildungsgebühren umfassen folgende Leistungen: 23 Trainingstage und Seminarunterlagen.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_  
Tel.: \_\_\_\_\_ Geb. am: \_\_\_\_\_  
Mobil: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Der Vertrag wird mit Zusendung einer Anmeldebestätigung wirksam.

**Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Tübinger Akademie werden anerkannt.**

Ort, Datum

Unterschrift: Teilnehmer/in

**Abbuchungserklärung: **Notwendig bei einer ESF Förderung****

Ich bin mit der Abbuchung ☐ des Gesamtbetrages oder ☐ der fälligen Rate  
von meinem Konto durch die Tübinger Akademie für Weiterbildung einverstanden.

Bankverbindung: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

Unterschrift Teilnehmer\*in: \_\_\_\_\_

**Alternativ:** Ich überweise die Ausbildungsgebühr ☐ als Gesamtbetrag  
auf das Konto der Tübinger Akademie für Weiterbildung unter Angabe der **Kursnummer**  
(Verwendungszweck) **GEG 2** bzw. **GEA 2** und der **Ratennummer**. Kontoverbindung:  
**KSK Tübingen: IBAN: DE22 6415 0020 0002 0323 82, BIC: SOLADES1TUB**

Angaben nur für statistische Zwecke

Abgeschlossene Berufsausbildung: \_\_\_\_\_

Derzeitige Berufstätigkeit als: \_\_\_\_\_

**Wie sind Sie auf unser Bildungsangebot aufmerksam geworden?**

*Zutreffendes bitte ankreuzen und wenn möglich, genauer bezeichnen, danke!*

☐ Internet    ☐ Anzeige (Wo?)    ☐ Empfehlung (Wer?)    ☐ Besucher Kurs TÜAK (Welchen?)

**Bitte unterschrieben senden oder mailen an: [info@tuebinger-akademie.de](mailto:info@tuebinger-akademie.de)**

*Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstr. 7, 72138 Kirchentellinsfurt*  
Ganzheitlicher Gesundheits- und Ernährungscoach GGE 2/V06      Seite 10 von 12

## Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

### 1. Zustandekommen und Durchführung des Vertrages

- 1.1. Der Vertrag kommt mit Zugang der Anmeldebestätigung zustande.
- 1.2. Die Durchführung der Bildungsmaßnahme ist an eine Teilnehmermindestzahl gebunden. Wenn ein Kurs aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt wird, wird zunächst versucht, die Teilnehmer auf einen anderen Kurs umzubuchen. Gelingt dies nicht, werden bereits bezahlte Gebühren zurückerstattet.
- 1.3. Aus wichtigem Grund, z.B. Pandemie, Ausfall des Referenten, höhere Gewalt, können Module verlegt werden. In diesem Fall besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung.
- 1.4. Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich vor, eine Änderung der Kurszeiten und/oder des Kursortes vorzunehmen, soweit dies aus organisatorischen Gründen erforderlich ist.
- 1.5. Modularer Einstieg: Nach Absprache mit der Kursleitung ist der Einstieg in die laufende Ausbildung möglich. Die versäumten Kurseinheiten müssen nachgeholt werden.

### 2. Haftung

- 2.1. Die Teilnahme an den Kurseinheiten erfolgt auf eigene Verantwortung.
- 2.2. Die Teilnahme an den Kurseinheiten erfolgt aus reinen Schulungszwecken. Sie ersetzt keine medizinische oder andere therapeutische Behandlung.
- 2.3. Die Tübinger Akademie haftet für von ihr sowie ihren Erfüllungsgehilfen vorsätzlich oder grob fahrlässig verursachten Schäden. Unberührt davon bleibt die Haftung für die Verletzung des Lebens, des Körpers und der Gesundheit und aus dem Produkthaftungsgesetz. Bei leichter Fahrlässigkeit haftet die Tübinger Akademie oder ihre Erfüllungsgehilfen nur soweit sie eine wesentliche Vertragspflicht (Kardinalpflicht) verletzt haben. Die Haftung ist bei Sach- und Vermögensschäden in jedem Fall auf den im Zeitpunkt des Vertragsschlusses vertragstypischen und vorhersehbaren Schaden beschränkt.

### 3. Zahlungsmodalität

- 3.1. Die Teilnahmegebühr kann in Raten entrichtet werden. Höhe und Zahlungsfristen ergeben sich aus der Anmeldebestätigung. Die Raten sind zu überweisen oder werden nach Abbuchungserklärung (bei ESF) von der Tübinger Akademie für Weiterbildung abgebucht.
- 3.2. Bei Zahlungsverzug von mehr als zwei Wochen werden Verzugszinsen in Höhe von 5% über dem jeweiligen Basiszinssatz berechnet.
- 3.3. Werden aufgrund von Änderungen der Konto-Daten oder der Adress-Daten, Abbuchungen oder postalische Zustellungen zurückgewiesen, wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 15,00 € erhoben.
- 3.4. Die im Seminarpreis eingeschlossenen Leistungen werden in den Ausbildungsbeschreibungen aufgeführt. Darüber hinaus gehende Sonderleistungen (wie z.B. zusätzliche Zertifikate, Rechnungen, TN-Unterlagen oder Umbuchungen von Kurs-Modulen) sind kostenpflichtig.
- 3.5. Die Förderung durch Mittel aus dem ESF entfällt bei vorzeitigem Abbruch der Weiterbildung. Die bis dahin angefallenen Kursgebühren sind in diesem Fall in voller Höhe zu bezahlen und werden nachberechnet.
- 3.6. Im Falle des Ausschlusses eines Teilnehmers oder einer Teilnehmerin durch die Tübinger Akademie für Weiterbildung werden bereits bezahlte Gebühren für noch nicht stattgefundene Einheiten zurückerstattet.

### 4. Widerruf von Verbraucherverträgen

Als Verbraucher (§ 13 BGB) haben Sie das Recht, den Vertrag innerhalb von 14 Tagen zu widerrufen, wenn dieser unter der alleinigen Verwendung von Fernkommunikationsmitteln zustande gekommen ist.

### Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstraße 7, 72138 Kirchentellinsfurt, Telefon 07121/600031, Telefax 07121/908360 Emailadresse: [info@tuebinger-akademie.de](mailto:info@tuebinger-akademie.de)) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder Email) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zu Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs

Wenn Sie den Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben unverzüglich und spätestens vierzehn Tage ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas Anderes vereinbart. In keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu diesem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

### Muster: Widerrufsformular für den Verbraucher

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück. Tübinger Akademie für Weiterbildung, Friedrichstraße 7, 72138 Kirchentellinsfurt, [info@tuebinger-akademie.de](mailto:info@tuebinger-akademie.de)

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (\*) den von mir/uns (\*) abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Dienstleistung(en) (\*):

Kursbezeichnung(en):

Bestellt am:

Name des/der Teilnehmer\*in:

Anschrift des/der Teilnehmer\*in:

Datum:

Unterschrift (nur bei Mitteilung auf Papier):

Sie können Ihren Widerruf wahlweise per Post oder per E-Mail an uns mit Hilfe dieses Formulars versenden

(\*) Unzutreffendes streichen

## 5. Kündigung/Rücktritt

Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich vor, auch während der laufenden Ausbildung, Teilnehmende - aus wichtigem Grund (u.a. vgl. Haftung 2.2) - von der Ausbildung auszuschließen.

## 6. Rechte an Lehrgangsunterlagen

Die Tübinger Akademie für Weiterbildung behält sich alle Rechte an den Seminarunterlagen und der Schulungssoftware vor. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Tübinger Akademie für Weiterbildung ist jegliche Form der Vervielfältigung/Reproduktion oder Speicherung auf elektronischen oder sonstigen Medien von Lehrgangsunterlagen untersagt.

## 7. Kundendaten

- 7.1. Die von den Teilnehmer\*innen mitgeteilten Daten werden ausschließlich zur Erfüllung des Vertrages verwendet. Eine Weitergabe der Daten erfolgt an Dritte nur soweit dies zur Vertragserfüllung notwendig ist (Name, Adresse, evtl. Telefonnummer an die Tagungshotels). Bei einer ESF-Förderung werden auch die Daten aus dem statistischen Erhebungsbogen weitergegeben, aber ohne Namen mit einer individualisierten Kodierung.
- 7.2. Zur Abwicklung von Zahlungen werden die Zahlungsdaten ggfs. an die Hausbank der Tübinger Akademie für Weiterbildung weitergegeben. Die schutzwürdigen Belange der Teilnehmer/innen werden gemäß den gesetzlichen Bestimmungen berücksichtigt. Eine Weitergabe an sonstige Dritte erfolgt nicht. Zum Zweck der Kreditprüfung wird ggf. ein Datenaustausch mit Kreditprüfungsinstituten vorgenommen.
- 7.3. Der Vertragstext wird auf dem internen System der Tübinger Akademie für Weiterbildung gespeichert.

## 8. Schlussbestimmung

Sollte eine Bestimmung dieser allgemeinen Vertragsbedingungen unwirksam sein oder werden, so berührt dies die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen nicht.