

IALA vzw - Runningtherapie.be

Praktijkworkshop Runningtherapie bij angst en depressie (EBP) Zaterdag 30 maart 2019 – Universitair Sportcentrum Leuven – Heverlee.

Accreditatie door Pro-Q-Kine.

Praktijkworkshop van 09u30 tot 11u30.

Inschrijven via Pro-Q-Kine of mail info@bewegingstherapie.be met opgave naam en voornaam.

Betaling na ontvangst kostennota.

Maximaal aantal deelnemers: 25.

De uiterste inschrijfdatum is 15 maart 2019.

Aanwezigheidsattest wordt afgeleverd.

Deelnemeprijs 45 € (leden RT België en studenten 25 €).

Bij voorkeur actieve deelname aan het praktijkdeel, voorzie hiervoor sportieve outfit.

Omschrijving praktijkworkshop: Runningtherapie bij angst en depressie

Na een korte theoretische inleiding wordt in het praktijkdeel ingegaan op de vraag hoe een specifieke benadering voor deze doelgroep kan ingevuld worden.

Welke struikelblokken weerhouden hen om te bewegen?

Hoe kunnen wij als runningtherapeut, als professioneel zorgverlener via een aangepaste begeleiding deze mensen aan het bewegen krijgen en motiveren om te blijven bewegen?

Een benadering vanuit een zeer laagdrempelige contextuele sensoriele aanpak.

Wetenschappelijke systematische reviews geven aan dat runningtherapie (bewegen-Exercise-Running) een effectieve behandelmethodede kan zijn voor personen met angst en/of depressieve gevoelens (reviews gebaseerd op zowel wetenschappelijk beschrijvend onderzoek als op Evidence Based Practice).

Docenten

Els Van Den Noortgate, Veva De Samblanx, Johan Vanwelden,
Kine, fasciatherapeuten, geaccrediteerde runningtherapeuten.

IALA vzw - runningtherapie.be - 2288 Grobbendonk-Bouwel
Nationaal nummer: 0890.140.492 - info@bewegingstherapie.be
[Link naar de privacy verklaring van IALA vzw](#)

Running en
Bewegingstherapie

