

# Diplom

Wir gratulieren

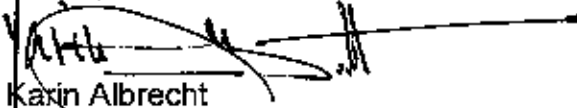
**Janine Dick**

zur erfolgreich absolvierten Ausbildung zum

**Dipl. star-Rücken Trainer**

Dipl. star-RückenTrainer arbeiten mit präzisen, funktionellen Übungen und geben angepasste, sinnvolle, gesunde Trainingsempfehlungen. Sie bauen alle Trainingsreize über die korrekte Haltung und die zentrale Stabilisation auf. Sie können Teilnehmer mit „Rückenthemen“ wie: Haltunginsuffizienzen, Rückenverspannungen und Post-Rehabilitations-Kunden kompetent betreuen. Sie erkennen Fehlhaltungen, können diese von Fehlformen unterscheiden und Haltungskorrekturen vermitteln. Sie verstehen die Krankheitsbilder M. Scheuermann, M. Bechterew, Osteoporose sowie die unterschiedlichen Stadien der Bandscheiben-Schädigungen. Dem dipl. star-RückenTrainer ist die wichtige Abgrenzung zwischen Therapie und Post-Rehabilitationstraining bekannt und er kennt die wichtigsten Kontraindikationen im Training mit Rückenrisikogruppen.

Zürich, 31. Januar 2012

  
Karin Albrecht



**star**

school for training and recreation

Schulleitung Karin Albrecht  
Seefeldstrasse 307 | CH – 8008 Zürich | [www.star-education.ch](http://www.star-education.ch)