

## Energizer kursus

---

### Ide og formål

Er det altid dig, som bidrager med fælles aktiviteter, lege, ryste sammen øvelser, teambuilding og træningsøvelser? Eller ville du ønske det var dig?

Vi tror på, at enhver undervisning, arbejdsproces, møde eller sammenkomst kan få mere liv, bedre indlæring og øget energi, hvis der krydres med små aktive øvelser i tilpas mængde og afstemt med konteksten. Det kan være på arbejdspladsen, i skolen, i foreningen, til festen eller andre sociale sammenhænge.

Formålet med dette kursus er at fylde din rygsæk godt op med en skøn blanding af aktive øvelser, icebreakers og lege for mange målgrupper.

### Hvem er du?

Skolelære, pædagog, procesleder, instruktør, konsulent, terapeut, sikkerhedsrepræsentant, trivselsambassadør eller blot en ildsjæl helt ind i hjertet.

### Hvad indeholder uddannelsen

Kurset er et praktisk forløb, hvor vi skal prøve alle øvelser selv, dels for at kunne huske dem og dels for at kunne arbejde med re- og progression, så øvelserne passer perfekt ned i din værktøjskasse. Vi kommer omkring: Ryste sammen øvelser, ude-øvelser, samarbejdsøvelser, hjerneøvelser, tillidsøvelser samt beroligende øvelser. Indimellem taler vi om didaktiske og pædagogiske overvejelser.



### Tid

kl. 08.30 til 15.30

### Underviser

Linn Trentel Busch, fysioterapeut og instruktør. Har undervist i mere 15 år.

### Sted

(lokalerne bookes når vi kender antallet af kursister)

### Pris

Kr. 1.450,- pr person. inkl. Fuld forplejning og undervisningsmaterialer. Ekskl. moms.

### Kontakt

Linn Trentel Busch på [linn@ergopro.dk](mailto:linn@ergopro.dk) eller på tlf. 42721322.

