



ZERTIFIKAT

Herr Dominik Nopp

geb. am 12.11.1992

Nachweis über den erfolgreichen Abschluss der Fachqualifikation

Relax-Coach

Mit der Ausbildung zum Relax-Coach wurde der Teilnehmer befähigt, zielgerichtet kurze Einheiten mittels Entspannungs- und Stressbewältigungsmethoden durchzuführen. Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 9 Zeitstunden (0,3 ECTS).

Inhalte der Ausbildung

- Basiswissen über psychische Widerstandsressourcen
- Relax-Coaching (Kontext, Organisation, Marketing)
- Leitung des Kurskonzeptes „Relax-Pause“
- Methodentraining
- Transfer in den Alltag fördern



Rostock, 21.01.2025

AHAB-Akademie GmbH

Petridamm 14A

18146 Rostock

www.ahab-akademie.de

Lars Deutschmann

Pädagogischer Leiter der AHAB-Akademie