

ZERTIFIKAT

Herr Dominik Nopp

geb. am 12.11.1992

Nachweis über den erfolgreichen Abschluss der Fachqualifikation

SomnyFit-Trainer (Schlaf-Trainer)

Die Ausbildung umfasste einen Zeitrahmen von 18 Unterrichtseinheiten. Es fand die Einweisung in das Schlaftraining - SomnyFit - der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Gesundheitsförderung (DGPG) statt.

Schwerpunkte der Schulung:

- Schlafzyklus
- Schlafstörungen
- Verbesserung der Schlafqualität
- Mentaler Umgang mit Schlafstörungen
- Gestaltung eines schlaffördernden Umfelds
- Marketing und Organisation
- Wochenkurskonzept SomnyFit (Schlaftraining)

Rostock, 07.03.2025

AHAB-Akademie GmbH

Petridamm 14A

18146 Rostock

www.ahab-akademie.de

Lars Deutschmann

Pädagogischer Leiter der AHAB-Akademie



DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR
BEREITUNG, PRÄVENTION UND THERAPIE