



EMS License Trainer

Thorsten Kubis

Im Zuge der **EMS Lizenz Trainer Ausbildung beim GluckerKolleg**
in Kooperation mit **miha bodytec**

wurden in zwei Monaten insgesamt 40 Unterrichtseinheiten aufgewendet, um
folgende Schwerpunkte in Theorie und Praxis zu erlernen:

- Historische Entwicklung des EMS-Trainings
- Elektrophysiologische Grundlagen
- Stimulationsparameter und Trainingsaufbau
- Kontraindikationen, Risiken und Nebenwirkungen
- Unterschiede lokale vs. Ganzkörper-EMS
- Vorteile und Einschränkungen von EMS Training
- Kundenberatung, Anamnese und Aufklärung
- Gerätebedienung in der Praxis
- EMS Training zur Rückenkräftigung
- Anwendung von Muskeltraining mit EMS
- Spottingtechniken beim EMS-Training
- Kraft-, Ausdauer- und Entspannungsprogramme mit EMS
- Intensivierungstechniken im EMS Training
- Eigenständige Durchführung unterschiedlicher Anwendungen

Die Lizenzprüfung wurde am 06.02.2025 abgelegt. Die Lizenz ist 2 Jahre gültig.

Jens Vatter

In Kooperation mit/in cooperation with/
en coopération avec/en cooperación con



Anerkannt von/Recognised by/
Reconnu par/Reconocido por



GluckerKolleg®
Germany

www.gluckerkolleg.com
www.ems-certified.com