

Oldenburg, März 2026

Ausschreibung und Einladung zum Lehrgang Der Vagusnerv – Schlüssel zu Regulierung, Resilienz und Gesundheit

Termin: 11.10.2026 von 10:00 bis 17:00 Uhr

Ort: TuS Ofen - Gymnastikhalle
Rudolf-Kinau-Weg 14, 26160 Ofen

Leitung: Kesslin Pabst

Referent: Rainer Kersten - Yogi Vidyananda

Anmeldung: <https://bildung.ntbwelt.de/> TK 119/26 oder
via E-Mail an kesslin.pabst@ntbwelt.de



Meldeschluss: 02.10.2026 - Die Teilnehmerzahl ist auf 25 TN begrenzt
Bei Abmeldungen nach dem 02.10.26 wird eine
Bearbeitungsgebühr von 30 € erhoben.
Ausnahme: im Krankheitsfall mit ärztlichem Attest, vorliegend bis 12.10.

Lehrgangsinhalte: Der Vagusnerv spielt eine zentrale Rolle im autonomen Nervensystem und beeinflusst maßgeblich Stressregulation, emotionale Balance, Verdauung, Immunsystem und Wohlbefinden. Dieser Lehrgang vermittelt fundiertes Wissen über die Anatomie, Funktion und Bedeutung des Vagusnervs sowie praktische Methoden zur Aktivierung und Regulation.

Zielgruppe: Übungsleiter*innen, ÜL-C Breitensport, ÜL-B Gesundheitssport

Lizenzverlängerung: **8 LE für**
NTB - 2. Lizenzstufe - ÜL-B Prävention - Haltung & Bewegung/Herz-Kreislauf
NTB - 2. Lizenzstufe - ÜL-B Prävention - Stressreduktion & Entspannung
NTB - 2. Lizenzstufe - ÜL-B Rehabilitation - Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen
NTB - 1. Lizenzstufe - ÜL-C Breitensport

Lehrgangsgebühr: NTB-Mitglied: **45 €** , Nicht NTB-Mitglied: 180 €

Bitte mitbringen: Kissen, Decke, Socken, Bequeme Kleidung, Getränk