# Trainingswissenschaft und Sporternährung (M.A.)

| | |
|---|---|
| **Titel** | Trainingswissenschaft und Sporternährung (M.A.) |
| **Zulassungsnummer** | 1115621c |

## Veranstalter

| | |
|---|---|
| **Adresse:** | IST-Hochschule für Management GmbH<br>Erkrather Str. 220 a-c<br>40233 Düsseldorf |
| **Telnr:** | +49 211 866 680 |
| **E-Mail-Adresse:** | info@ist-hochschule.de |
| **Webseite:** | https://www.ist-hochschule.de |

## Lehrgangsziel

Prüfung zum Master of Arts (M.A.) in der Fachrichtung Trainingswissenschaft und Sporternährung

## Inhalte

| | |
|---|---|
| **Lehrgangsinhalte:** | Pflichtmodule: Leistungsdiagnostische Verfahren & Trainingsmethoden - Organ und Immunsystem - Sportanatomie & Anpassungsprozesse - Sporternährung in der Praxis - Leistungsdiagnostische Verfahren & Trainingsmethoden - Metabolismus und Koordination des Stoffwechsels - Sportphysiologische Anpassungen - Trainingsplanung - Ernährungsplanung und -strategien - Regeneration - Training und Ernährung bestimmter Adressatengruppen - Sportpsychologie und Coaching Wahlpflicht: Marketing & Sales - Entrepreneurship - Leadership Skills - Kinder und Jugendliche - Moderne Ernährungsweisen - Nahrungsergänzungsmittel - Sportschäden und Rehabilitation |
| **Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:** | Pflicht- und Wahlpflichtmodule (Studienbriefe, Fachbücher, Online-Vorlesungen, Online-Tutorien etc.) |

# Abschluss

| | |
|---|---|
| **Abschluss:** | Master of Arts (M.A.) in der Fachrichtung Trainingswissenschaft und Sporternährung |
| **Art des Abschlusses:** | Hochschul-Master |
| **Anzahl der Credit-Points:** | 120 |

# Voraussetzungen

| | |
|---|---|
| **Teilnahmevoraussetzungen:** | abgeschlossener, mindstens 6 semestriger sportwissenschaftlicher, bewegungswissenschaftlicher, ernährungswissenschaftlicher oder gesundheitswissenschaftlicher Studiengang, technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang |
| **Prüfungsvoraussetzungen:** | siehe Studien- und Prüfungsordnung der IST-Hochschule |

# Kosten

| | |
|---|---|
| **Teilnahmekosten (Gesamtkosten):** | 11.880,00 € |
| **Lehrgangskosten:** | 11.880,00 € |
| **Kosten für (externe) Prüfungen:** | 0,00 € |
| **Anzahl der Raten:** | 24 |
| **Höhe der Raten:** | 495,00 € |

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

## Zeitrahmen

| | |
|---|---|
| **Gesamtdauer in Monaten:** | 24.00 |
| **Gesamtdauer in Stunden:** | 2980 Std. (3973 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| **Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:** | 28.00 |
| **Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):** | 120 |
| **Präsenzunterricht:** | Pro Modul 3-5 Online-Tutorien, weitere Seminare werden angeboten |

## Zusätzliche Informationen

Bei einer Studiendauer von 36 Monaten betragen die Studiengebühren 13.320,00 EUR (zahlbar in 36 Raten à 370,00 EUR). Die Module des Lehrgangs können auch einzeln belegt werden. Näheres hierzu ist beim Institut zu erfragen.