

Fitness- und Wellnesstrainer/in (Fitness- und Wellness-Coach)

Titel	Fitness- und Wellnesstrainer/in (Fitness- und Wellness-Coach)
Zulassungsnummer	7163306

Veranstalter

Adresse:	IMPULSE e.V.Schule für freie Gesundheitsberufe Rubensstraße 20a 42329 Wuppertal
Telefonnr.:	+49 202 73954-0
E-Mail-Adresse:	info@impulse-schule.de
Webseite:	https://www.impulse-schule.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine Tätigkeit als Lehrer/in bzw. Anleiter/in von Kursen und Anwendungen im Fitness- und Wellnessbereich

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Medizinische Grundlagen - Ernährungsphysiologische Grundlagen - Wellness-Anwendungen - Farbe und Aroma - Gutes Aussehen, Pflege, Stil - Entspannungstechniken und Entspannungsverfahren - Progressive Muskelentspannung und Stressbewältigung im Alltag - Konzentration und Förderung mentaler Fähigkeiten - Grundlagen und Praxis der Massage - Gruppenleitung - gesundheitsorientiertes Bewegungstraining - Allgemeine Trainingslehre - Sportarten und Bewegungsprogramme - Gerätetraining, Sportschäden und -verletzungen, Erste Hilfe - Rückenschule - Aquafitness - Psyche und Gesundheit - Körperwahrnehmung - Persönlichkeit und Ausstrahlung - Marketing und Programmgestaltung, unternehmerisches Denken und Handeln - Gesprächsführung und Beratungspraxis
Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:	24 Lehrbriefe

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	mittlerer Bildungsabschluss oder abgeschl. Berufsausbildung
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.872,00 €
Lehrgangskosten:	1.872,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €

Anzahl der Raten:	24
Höhe der Raten:	78,00 €

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

Zeitraumen

Gesamtdauer in Monaten:	24.00
Gesamtdauer in Stunden:	1286
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	12.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	63
Präsenzunterricht:	Fünf Wochenendseminare und ein Intensivseminar (vorort oder online)