

# Leistungssport Body-Trainer/in

<b>Titel</b>	Leistungssport Body-Trainer/in
<b>Zulassungsnummer</b>	7168606

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	BSA-Akademie Hermann-Neuberger-Straße 3 66123 Saarbrücken
<b>Telnr:</b>	+49 681 6855-0
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@bsa-akademie.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.bsa-akademie.de">https://www.bsa-akademie.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zur Betreuung von Leistungstrainierenden oder für die Optimierung des eigenen Krafttrainings

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Physiologische Grundlagen - Trainingsmethodik im leistungsorientierten Muskelaufbaustraining - Ernährung und Nahrungsergänzungen - Nährstoffverteilung in der Wettkampfvorbereitung - Verletzungsprophylaxe - Dopingprävention
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b>	Lehrbrief

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	institutsinterne Prüfung
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

# Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	erfolgreiche Teilnahme am Lehrgang Fitnesstrainer-B-Lizenz der BSA-Akademie oder vergleichbare Kenntnisse; empfohlen wird die Teilnahme an weiteren Lehrgängen z. B. Lehrer für Fitness, Ernährungstrainer
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Teilnahme an der Präsenzphase

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	496,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	496,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	1
<b>Höhe der Raten:</b>	496,00 €

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

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	3.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	145 Std. (193 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	10.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	21
<b>Präsenzunterricht:</b>	Ein 2-tägiges Seminar

## Zusätzliche Informationen

bei Zahlung in Raten: 540,- EUR (4 Raten à 135,- EUR)