

# PersonalTraining (IST)

<b>Titel</b>	PersonalTraining (IST)
<b>Zulassungsnummer</b>	7203509

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	IST-Studieninstitut GmbH Erkrather Str. 220 a-c 40233 Düsseldorf
<b>Telnr:</b>	+49 211 866 68-0
<b>E-Mail-Adresse:</b>	mgensmueller@ist.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.ist.de">https://www.ist.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine persönliche Trainingsbetreuung

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Kundenorientierung und zielgruppenspezifischer Service, Personal Training Grundlagen, Functional Training Grundlagen, Grundlagen der Ernährung, Motivation und Coaching, Stressmanagement, Der Personal Trainer als erfolgreicher Unternehmer, Trainertechniken, Functional Training und Koordination, Coaching im gesundheitsorientierten Fitnesstraining
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	6 Lehrbriefe, Quiz App

---

## Abschluss

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

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter 18 Jahre, Abschluss als Sport- und/oder Gymnastiklehrer/in oder Ausbildung zum/zur Physiotherapeuten/in oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z.B. B-Lizenz), PC-Anwenderkenntnisse; technische Voraussetzung: Internet-Zugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.832,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.832,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	8
<b>Höhe der Raten:</b>	229,00 €

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

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	8.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	462
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	12.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	65
<b>Präsenzunterricht:</b>	Vier je 2-tägige Präsenzseminare an verschiedenen Orten sowie Online Vorlesungen

---

## Zusätzliche Informationen

Die tatsächliche Ratenhöhe kann aufgrund enthaltener Prüfungsgebühren abweichen.