# Fitnesstrainer/in A-Lizenz

| | |
|---|---|
| **Titel** | Fitnesstrainer/in A-Lizenz |
| **Zulassungsnummer** | 7208311 |

## Veranstalter

| | |
|---|---|
| **Adresse:** | Academy of Sports GmbH<br>Willy-Brandt-Platz 2<br>71522 Backnang |
| **Telnr:** | +49 7191 229870 |
| **E-Mail-Adresse:** | studycoach@academyofsports.de |
| **Webseite:** | https://www.academyofsports.de |

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine Tätigkeit als Fitnesstrainer/in A-Lizenz

## Inhalte

| | |
|---|---|
| **Lehrgangsinhalte:** | Anatomie - Physiologie - Trainings- und Bewegungslehre - Fitnesstraining - Sportrehabilitation - Rückentraining - Grundlagen der Ernährung - Sporternährung - Herz-Kreislauf-Training |
| **Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:** | 13 Lehrskripte |

## Abschluss

| | |
|---|---|
| **Abschluss:** | institutsinterne Prüfung |
| **Art des Abschlusses:** | institutsinterne Prüfung |

## Voraussetzungen

| | |
|---|---|
| **Teilnahmevoraussetzungen:** | Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich, gültiger "Erste-Hilfe-Schein" (mind. 8 UE) - kann nachgereicht werden, Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit), Webcam und Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar |
| **Prüfungsvoraussetzungen:** | Nachweis ausreichender Vorbereitung |

# Kosten

| | |
|---|---|
| **Teilnahmekosten (Gesamtkosten):** | 1.900,00 € |
| **Lehrgangskosten:** | 1.900,00 € |
| **Kosten für (externe) Prüfungen:** | 0,00 € |
| **Anzahl der Raten:** | 20 |
| **Höhe der Raten:** | 95,00 € |

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:** | 18.00 |
| **Gesamtdauer in Stunden:** | 491 Std. (655 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| **Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:** | 6.00 |
| **Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):** | 36 |
| **Präsenzunterricht:** | 6-tägiges Seminar |