Ausbildung zum/zur Fitnesstrainer/in B- und A-Lizenz

Titel	Ausbildung zum/zur Fitnesstrainer/in B- und A-Lizenz
Zulassungsnummer	7225411c

Veranstalter

Adresse:	BA Bergische Akademie für Erwachsenenbildung GmbH Reinshagener Straße 32 42857 Remscheid
Telnr:	+49 2191 464 31 40
E-Mail-Adresse:	info@bergische-akademie.de
Webseite:	https://www.bergische-akademie.de

Lehrgangsziel

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

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Anatomie und Physiologie für Beratungs- und Assistenzberufe im Gesundheitswesen - Sportmedizinische Anamnese und Leistungsdiagnostik - Ernährung und besondere Ernährungsempfehlungen aus sportphysiologischer Sicht - Sportphysiologie: Bewegungslehre, Trainingslehre - Trainingsmethodik: Krafttraining, Beweglichkeits- und Schnelligkeitstraining, Ausdauer- und Koordinationstraining - Erstellung von Trainingsplänen - Kommunikation im Fitnessstudio: Anleitung für den Fitnesstrainer

Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	17 Lehrbriefe

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 20 Jahre, mindestens Hauptschulabschluss, Erste-Hilfe Kurs
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.380,00 €
Lehrgangskosten:	1.380,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	115,00 €

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:	12.00
Gesamtdauer in Stunden:	361 Std. (481 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	7.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	3 optionale, kostenpflichtige Seminare, 60 Workout-Termine (Näheres hierzu ist beim Institut zu erfragen), optionale Vorlesungstage

Zusätzliche Informationen

Die Module des Lehrgangs können auch einzeln belegt werden; Näheres hierzu ist beim Institut zu erfragen.