

# Fitnesstrainer/in A-Lizenz (Medical Fitness)

<b>Titel</b>	Fitnesstrainer/in A-Lizenz (Medical Fitness)
<b>Zulassungsnummer</b>	7225711

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Deutscher Fitness & Aerobic Verband e.V. Potsdamer Platz 2 53119 Bonn
<b>Telnr:</b>	+49 228 28609773
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@dfav.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.dfav.de">https://www.dfav.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten im gesundheitsorientierten Fitnessbereich für Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Grundlagen Gesundheit und Fitness - Seniorenttraining - Vibrationstraining - Spezifische Leistungsdiagnostik Ausdauer - Herz-Kreislauf-Erkrankungen - Diabetes und metabolisches Syndrom - Gelenke - Rücken
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	4 Lehrbriefe

---

## Abschluss

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

---

# Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter 18 Jahre - Schulabschluss - Fitness-Trainer/in B-Lizenz oder vergleichbare Qualifikation - praktische Trainingserfahrung im Fitnessbereich von mind. 6 Monaten und mind. 2 Trainingseinheiten pro Woche
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

# Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.134,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.006,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	128,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	4
<b>Höhe der Raten:</b>	251,00 €

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>	5.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	217 Std. (289 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	8.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	60
<b>Präsenzunterricht:</b>	Vier 2-tägige Seminare