

# Gruppentrainer/in-A-Lizenz

<b>Titel</b>	Gruppentrainer/in-A-Lizenz
<b>Zulassungsnummer</b>	7273014

---

## 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 und Fähigkeiten zur Planung, Organisation und Durchführung eines breitgefächerten, abwechslungsreichen Gruppentrainings und zur Übernahme der sportlichen Leitung des Kursbereichs einer Fitness-, Sport- und Gesundheitseinrichtung.

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	<p>Grundlagen Gruppentraining -          Gruppentrainingsangebote - Sportmedizin -          Didaktik/Methodik - Musik und Choreografie -          Ausdauertraining in der Gruppe - Die          motorische Fähigkeit Ausdauer -          Trainingsteuerung Cardio Gruppentraining -          Ausgewählte Aerobic- und Step Kurse -          Krafttraining in der Gruppe - Motorische          Fähigkeit Kraft - Trainingssteuerung Workout -          Ausgewählte Workout Kursangebote -          Gesundheits- und Fitnesssport - Typische          Erkrankungen des Herz- Kreislauf-Systems und          des Stoffwechsels - Osteoporose -          Rückenprobleme - Ausgewählte Kursangebote          der Funktionellen Gymnastik - Faszientraining -          Propriozeptiv ausgerichtete Kursangebote -          Kursangebote Body and Mind - Grundlagen der          Pilates-Technik - Haltungsschulung nach          Pilates - Pilates-Basisübungen - Pilates mit          dem Thera-Band - Pilates mit dem Fitball -          Pilates mit dem Redondo-Ball - Pilates im          Rückentraining - Pilates für Fortgeschrittene          Obligatorischer Zusatzlehrgang wählbar aus:          Kursleiter/in Osteoporoseprävention,          Rückenschule, Senioren, Fit Kids, Indoor-          Cycling oder Fit durch die Schwangerschaft</p>
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	7 Lehrbriefe, 6 digitale Übungssammlungen, 2 digitale Lernmodule

## Abschluss

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

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	<p>Hauptschulabschluss. Für die Teilnahme werden praktische Erfahrungen in Form einer regelmäßigen Teilnahme an Basiskursen im Gruppentraining bzw. eine Tätigkeit in einer Fitnessanlage oder anderen verwandten Betätigungsfeldern vorausgesetzt.</p>
----------------------------------	---

<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Teilnahme an den Präsenzphasen, Prüfungsleistung der Basisqualifikation, zwei Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen
---------------------------------	--

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	2.896,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	2.896,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	4
<b>Höhe der Raten:</b>	724,00 €

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>	9.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	515
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	10.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	171
<b>Präsenzunterricht:</b>	16 Tage

---

## Zusätzliche Informationen

Zusätzlich erhalten Teilnehmende 3 ZPP-zertifizierte BSA-Gesundheitsprogramme.