

Functional Trainer/in A-Lizenz

| | |
|-------------------------|--------------------------------|
| Titel | Functional Trainer/in A-Lizenz |
| Zulassungsnummer | 7274614 |

Veranstalter

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

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten um ein Grundlagentraining mit zentraler Rolle des Körpergewichts für alle Sportler durchführen zu können

Inhalte

| | |
|---|--|
| Lehrgangsinhalte: | Grundlagen des funktionellen Trainings - Screening - Aufwärmen und Abwärmen - Bein- und Gesäßübungen - Core-Training - Arm- und Oberkörpertraining - Schnelligkeitstraining - Trainingslehre |
| Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind: | 2 Lehrbriefe |

Abschluss

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

Voraussetzungen

| | |
|----------------------------------|--|
| Teilnahmevoraussetzungen: | Ausbildung zum/zur Fitnesstrainer/in B-Lizenz oder zum/zur Group Trainer/in B-Lizenz oder vergleichbare Ausbildung; technische Voraussetzung: PC mit Internet-Zugang |
| Prüfungsvoraussetzungen: | Nachweis ausreichender Vorbereitung |

Kosten

| | |
|--|----------|
| Teilnahmekosten (Gesamtkosten): | 570,00 € |
| Lehrgangskosten: | 570,00 € |
| Kosten für (externe) Prüfungen: | 0,00 € |
| Anzahl der Raten: | 5 |
| Höhe der Raten: | 114,00 € |

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

| | |
|---|--------|
| Gesamtdauer in Monaten: | 4.00 |
| Gesamtdauer in Stunden: | 115 |
| Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden: | 6.00 |
| Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten): | 16 |
| Präsenzunterricht: | 2 Tage |