

# Geprüfter Fitnesscoach (m/w/d) (Fernakademie)

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Titel</b>            | Geprüfter Fitnesscoach (m/w/d)<br>(Fernakademie) |
| <b>Zulassungsnummer</b> | 7292715  |

## Veranstalter

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>Adresse:</b>        | Fernakademie für Erwachsenenbildung GmbH<br>Doberaner Weg 22<br>22143 Hamburg |
| <b>Telnr:</b>          | +49 40 67780-78   |
| <b>E-Mail-Adresse:</b> | kursinfo@fernakademie-klett.de  |
| <b>Webseite:</b>       | <a href="https://fernakademie-klett.de">https://fernakademie-klett.de</a>     |

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten zum Fitnesscoaching

## Inhalte

|  |   |
|--|---|
| <b>Lehrgangsinhalte:</b>                                   | Berufskunde Fitnesscoach - Trainingsmerkmale der grundmotorischen Fähigkeiten - Check up/Anamnese und spezielle Testverfahren - Trainingsplanerstellung - Trainingstechniken für Beine, Gesäß, unteren Rücken, Bauch, Brust, Arme, Schultern, Nacken - Cardiotraining, Faszientraining - Sporternährung, Spa-Techniken - Kundenmanagement, Existenzgründung |
| <b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b> | 11 Lehrbriefe, 5 DVDs mit Lernvideos  |

## Abschluss

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

---

## Voraussetzungen

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <b>Teilnahmevoraussetzungen:</b> | mittlerer Bildungsabschluss empfehlenswert; technische Voraussetzungen: Multimedia-PC mit Internet-Zugang und Windows-Betriebssystem |
| <b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>  | Nachweis ausreichender Vorbereitung  |

---

## Kosten

|  |            |
|--|------------|
| <b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b> | 2.496,00 € |
| <b>Lehrgangskosten:</b>                | 2.496,00 € |
| <b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b> | 0,00 €     |
| <b>Anzahl der Raten:</b>               | 13         |
| <b>Höhe der Raten:</b>                 | 192,00 €   |

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

|   |   |
|---|---|
| <b>Gesamtdauer in Monaten:</b>                                    | 13.00   |
| <b>Gesamtdauer in Stunden:</b>                                    | 585 Std. (780 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)   |
| <b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b> | 10.00   |
| <b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>                   | 34  |
| <b>Präsenzunterricht:</b>   | Zwei 2-tägige Seminare/Online-Seminare; das zweite Seminar wahlweise in Präsenz oder Online |

---

## Zusätzliche Informationen

Es können Fitnessstrainer (m/w/d) B- Lizenz /A-Lizenz und die Personal-Trainer-Lizenz (m/w/d) /Medical Fitness erworben werden