Fitnesstrainer/in B-Lizenz

Titel	Fitnesstrainer/in B-Lizenz
Zulassungsnummer	7315417

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 um ein Fitnesstraining unter sportphysiologischen Aspekten durchführen zu können

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:	11 Lehrbriefe

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Erste-Hilfe-Kurs - Mindestalter 18 Jahre - Nachweis von mind. 60 Workout-Terminen
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.136,00 €
Lehrgangskosten:	1.136,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	8
Höhe der Raten:	142,00 €

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:	8.00
Gesamtdauer in Stunden:	241 Std. (321 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	7.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	2 optionale kostenpflichtige Seminare - optionale Vorlesungstage