Personal Trainer/in

Titel	Personal Trainer/in
Zulassungsnummer	7337118

Veranstalter

Adresse:	DGBB - Deutsche Gesellschaft für berufliche Bildung Poller Kirchweg 99 51105 Köln
Telnr:	+49 221 422929-70
E-Mail-Adresse:	info@dgbb.de
Webseite:	https://www.dgbb.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine berufliche Tätigkeit als Personal Trainer/in

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Personal Training Basics - Zeit- und Selbstlernmanagement - Spezielle Aspekte der Trainings- und Bewegungslehre - Zeit- und Selbstmanagement - Beruf Personal Trainer - PT-Tool-Box I: Training - Umgang mit Krankheitsbildern - Anamnese und Diagnostik als Basics des Personal Trainings; Wahlmodul A1: Ernährungscoaching im Personal Training mit Ernährungswissenschaftliche Grundlagen, Ernährungscoaching, PT-Tool-Box II: Tools für erfolgreiches Ernährungscoaching; Wahlmodul A2: Betriebliche Gesundheitsförderung als Teil des Personal Trainings mit Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung, BGF in und mit Unternehmen, Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis - Einführung in Mentaltraining - Kommunikation und Gesprächsführung - Ansätze und Methoden der erfolgreichen Kundenbetreuung - Motivationstraining - Betriebswirtschaft: Das Basiswissen - Kompass der Existenzgründung - erfolgreiche Verkaufsgespäche - Gefunden werden im Web - Online-Marketing mit Social Media - Wahlmodul B1: Bootcamp Instructor A-Lizenz mit Spezielle Aspekte der Trainings- und Bewegungslehre im Bootcamp-Training, Besonderheiten und Abgrenzungen, Erfolgreich bootcampen, Bootcamp live; Wahlmodul B2: Functional Fitnesstrainer A-Lizenz mit Planung und Umsetzung von Functional Training, Myofascial Training, Praxisworkshop Faszientraining und Mobility, Praxisworkshop Functional Training
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	6 Lehrbriefe, 5 Web-Based Trainings (WBT)

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 18 Jahre, abgeschlossene Schulausbildung, Fitness-Trainer B-Lizenz oder vergleichbarer Abschluss; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang, Lautsprecher, Headset und Mikrofon
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	2.418,00 €
Lehrgangskosten:	2.268,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	150,00 €
Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	189,00 €

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:	12.00
Gesamtdauer in Stunden:	636 Std. (848 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	10.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	160
Präsenzunterricht:	Vier 2- bis 3-tägige Seminare in Köln (insgesamt 117 Unterrichtsstunden), 13 Online-Seminare von insgesamt 65 Unterrichtsstunden