

ICG® Basic Instructor

| | |
|-------------------------|-----------------------|
| Titel | ICG® Basic Instructor |
| Zulassungsnummer | 7351919 |

Veranstalter

| | |
|------------------------|---|
| Adresse: | Cytech GmbH Happurger Straße 88 90482 Nürnberg |
| Telnr: | +49 911 54445-0 |
| E-Mail-Adresse: | community@indoorcycling.com |
| Webseite: | https://teamicg.de/ |

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für die Leitung von Einsteigerkursen (Level 1 und 2 nach Team ICG-Kriterien) im Bereich der Cycling-Gruppenfitness

Inhalte

| | |
|--|---|
| Lehrgangsinhalte: | Grundlagen Anatomie, Physiologie, Trainings- und Bewegungslehre, Gruppenfitness; theoretische und praktische Grundkenntnisse des Fitnesstrainings (Ausdauertraining, motorische Fähigkeiten etc.); sportpädagogische Kenntnisse, Trainerverhalten, Überblick über die wichtigsten Cycling-Gruppenfitness-Angebote, Indoor Cycling Sicherheitsregeln, Indoor Cycling Grundtechniken, intensives Techniktraining, Musiklehre im Indoor Cycling, Choreographieaufbau, Kursmanagement |
| Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind: | 3 Lehrbriefe, Grafikkatalog |

Abschluss

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

Voraussetzungen

| | |
|----------------------------------|---|
| Teilnahmevoraussetzungen: | praktische Erfahrungen in Cycling-Gruppenfitness, Mindestalter 18 Jahre |
| Prüfungsvoraussetzungen: | Nachweis ausreichender Vorbereitung |

Kosten

| | |
|--|----------|
| Teilnahmekosten (Gesamtkosten): | 379,00 € |
| Lehrgangskosten: | 379,00 € |
| Kosten für (externe) Prüfungen: | 0,00 € |
| Anzahl der Raten: | 1 |
| Höhe der Raten: | 379,00 € |

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: | 1.00 |
| Gesamtdauer in Stunden: | 46 Std. (61 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden: | 8.00 |
| Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten): | 16 |
| Präsenzunterricht: | Ein 2-tägiges Seminar |