Fitnesstrainer/in B-Lizenz

Titel	Fitnesstrainer/in B-Lizenz
Zulassungsnummer	7369420

Veranstalter

Adresse:	KAF Akademie GmbH Budapester Straße 4a 93055 Regensburg
Telnr:	+49 (0)941 60094459
E-Mail-Adresse:	info@kaf-akademie.de
Webseite:	https://www.kaf-akademie.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine Tätigkeit als Fitnesstrainer/in B-Lizenz in einem Fitnessstudio

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Soft Skills als Fitnesstrainer, Zelle, Gewebetypen, Muskulatur, aktiver & passiver Bewegungsapparat, Anatomie, Aufbau & Funktion von Herz & Lunge, Herz-Kreislauf-System & Atmung, Blutdruck & Blut, Nervensystem, Trainingsanpassung & Belastungsnormative, Trainingsprinzipien, sportmotorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Koordination), Trainingsplanung, Makro- & Mikronährstoffe, Zufuhrempfehlungen & Energiebedarf
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	1 Lehrbrief (20 Lektionen) mit Lehrvideos auf der Lernplattfrom

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 18 Jahre, Trainingserfahrung in einem Fitnessstudio sind wünschenswert; technische Voraussetzung: PC mit Internet-Zugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	898,00 €
Lehrgangskosten:	898,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	149,00 €

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:	3.00
Gesamtdauer in Stunden:	158 Std. (211 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	12.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	4
Präsenzunterricht:	Ein 1-tägiges Präsenzseminar incl. Prüfung

Zusätzliche Informationen

Lehrgangskosten: Die tatsächliche Ratenhöhe kann aufgrund enthaltener Prüfungsgebühren abweichen.