

# Medical Fitness-Trainer/in

<b>Titel</b>	Medical Fitness-Trainer/in
<b>Zulassungsnummer</b>	7399121

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	IFAA GmbH Durlacher Str. 12 68775 Ketsch
<b>Telefon:</b>	+49 173 5274829
<b>E-Mail-Adresse:</b>	joerg.winkler@ifaa.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.ifaa.de">https://www.ifaa.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine Tätigkeit als Fachtrainer/in für Medical Fitness mit den Schwerpunkten orthopädische Funktionsstörungen und fachgerechter Umgang mit Erkrankungen des Bewegungsapparates

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Ziele und Aufgaben des medizinischen Fitnesstrainings & Indikationen und Kontraindikationen · Prinzipien der Trainingslehre & Medizinisches Fitnesstraining · Bandscheibenvorfall/ Bandscheibenvorwölbung & Lumbago "Hexenschuss" · Morbus Bechterew & Skoliose · Morbus Scheuermann & Spondylolyse/Spondylolisthese · Arthrose & Band- und Binnenvverletzungen des Kniegelenks · Meniskuskäsionen & Achillessehnenruptur · Impingementsyndrom & Schulterluxation · Tennisellenbogen & Osteoporose · Hypertonie (Bluthochdruck) & Metabolische Syndrom & Adipositas · Core-Muskulatur und Training · Übungskataloge Hüftgelenk, Kniegelenk, Sprunggelenk, Schultergelenk, Wirbelsäule, Übungen mit Widerstandsbänder, Ganganalyse
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:</b>	Lehrbrief, Tutorials, Selbstlernkontrollaufgaben, Hausarbeit, praktische Prüfung (in Präsenz)

---

## Abschluss

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

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Fitnesstrainer B-Lizenz, Personal Trainer Lizenz oder vergleichbare Qualifikation; Technische Voraussetzung: Multimedia PC mit Internetzugang, alternativ Smartphone mit QR-Code-Scanner
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	899,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	899,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €

<b>Anzahl der Raten:</b>	4
<b>Höhe der Raten:</b>	224,00 €

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>	6.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	169 Std. (225 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	6.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	19
<b>Präsenzunterricht:</b>	Verpflichtende Teilnahme an einem zweitägigen Vorortseminar (16 Unterrichtsstunden) in Schwetzingen (bei Bedarf sind weitere Regionen möglich), Onlineseminare (3 Unterrichtsstunden)