Gesundheitscoach (m/w/d)

Titel	Gesundheitscoach (m/w/d)
Zulassungsnummer	7410822

Veranstalter

Adresse:	Academy of Sports GmbH Willy-Brandt-Platz 2 71522 Backnang
Telnr:	+49 7191 229870
E-Mail-Adresse:	studycoach@academyofsports.de
Webseite:	https://www.academyofsports.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für ein Coaching zur gesunden Lebensführung mithilfe von Trainings- und Ernährungsplänen

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Sportbiologische Grundlagen, Allgemeine Anatomie & Spezielle Anatomie des Bewegungssystems, Angewandte Anatomie, Nervensystem, Motorik, Herz-Kreislauf-System, Atmungssystem, Hormonsystem, Energiebereitstellung & Wärmehaushalt, Grundlagen der Trainingswissenschaft, Grundsätze des Trainings, Konditionelle Fähigkeiten, Koordinative Fähigkeiten, Trainings- und Bewegungslehre, Fitnesstraining, Berufspraxis im Fitnesstraining, Weg der Nahrung durch den Körper, Ernährungs- und leistungsphysiologische Grundlagen, Bestimmung der Körperzusammensetzung, Energiegehalt und Zufuhrempfehlungen, Kohlenhydrate, Eiweiß, Fett und fettähnliche Stoffe, Vitamine, Mineralstoffe, Sekundäre Pflanzenstoffe, Wasser, Umsetzung der Grundlagen der Ernährung, Anforderungen an die Ernährung, Gewicht und Gesundheit, Gesprächsführung in der Ernährungsberatung
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	9 Lehrskripte mit Lehrvideos, 18 Web-Based Trainings

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	technische Voraussetzung: PC/Laptop mit Internet-Zugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung und erfolgreiche Teilnahme an den Seminaren

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.653,00 €
Lehrgangskosten:	1.653,00 €

Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	12
Höhe der Raten:	137,00 €

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:	14.00
Gesamtdauer in Stunden:	506 Std. (675 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	8.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	32
Präsenzunterricht:	Ein fakultatives 2-stündige Kick-Off-Online-Seminar sowie obligatorisch ein 2-tägiges Präsenzseminar an verschiedenen Orten (deutschlandweit) und vier 4-stündige Live-Online-Seminare