

# Fitness- und Ernährungsberater/in (ISEG)

<b>Titel</b>	Fitness- und Ernährungsberater/in (ISEG)
<b>Zulassungsnummer</b>	741194

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Institut für Sport, Ernährung und Gesundheit - ISEG- Untere Mühle 2-4 74372 Sersheim
<b>Telnr:</b>	+49 7042 33914
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@iseg-akademie.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.fessler-muehle.de">https://www.fessler-muehle.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zur Trainings- und Ernährungsberatung von Fitness- und Leistungssportlern in Fitnessstudios, Freizeiteinrichtungen und Vereinen

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Grundlagen der Ernährungs- und Trainingslehre - passiver und aktiver Bewegungsapparat - präventives Gesundheitstraining - Wirbelsäulengymnastik - Cardiofitness - Grundlagen der Sporternährung - Ernährungszusammenstellung - Vollkornbackkurs
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b>	2 Lehrbriefe, 1 Übungskatalog

---

## Abschluss

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

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Hauptschulabschluss
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	geregelt in institutsinterner Prüfungsordnung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.228,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.198,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	30,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	2
<b>Höhe der Raten:</b>	599,00 €

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>	4.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	160 Std. (213 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	8.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	30
<b>Präsenzunterricht:</b>	Ein 5-tägiges Seminar