

# FitnesstrainerIn A-Lizenz

<b>Titel</b>	FitnesstrainerIn A-Lizenz
<b>Zulassungsnummer</b>	7423622

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	FlexyFit Plus GmbH Dietrichgasse 27/Top E/EG.2 1030 Wien
<b>Telnr:</b>	+43 1 997 27 38
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@sportausbildung.com
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.sportausbildung.com">https://www.sportausbildung.com</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine Tätigkeit als Fitnesstrainer/in A-Lizenz

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Anatomie - Physiologie - Trainingslehre - Sportpsychologie - Kundenorientiertes Arbeiten - Sportverletzungen - Grundlagen der Ernährung - Geräteunterstütztes Krafttraining - Sensomotorisches Training - Funktionelles Training - Grundlegende Ganzkörperübungen - Ausdauertraining in der Praxis - Trainingsplanung - Freies Krafttraining - Erstgespräch mit KundInnen und Anamnese - Sportkompetenz
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:</b>	3 Module (Lernvideos, Präsentationen, Skripte in digitaler Form)

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	Institutsinterne Prüfung
-------------------	--------------------------

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

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter 18 Jahre; technische Voraussetzungen: Internet-Zugang und video- und audiofähiges Endgerät mit Kamera
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.490,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.490,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	2
<b>Höhe der Raten:</b>	745,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	8.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	604
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	17.50
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	3
<b>Präsenzunterricht:</b>	3 Fachgespräche per Live-Webinar zu je 60 Minuten, optional werden weitere Online-Seminare angeboten