

# SCHWINN Cycling

<b>Titel</b>	SCHWINN Cycling
<b>Zulassungsnummer</b>	7424722

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	IFAA GmbH Durlacher Str. 12 68775 Ketsch
<b>Telnr:</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 um Indoor Cycling Kurse (Bronze Level) nach den Schwinn Grundprinzipien planen und durchführen zu können

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Technische Aspekte des Indoor Cycling Bikes - Bike-Einstellungen - Allgemeine Sicherheitshinweise - Die Coaching Pyramide - BPM und RPM - Kommunikation - Intrinsische und extrinsische Motivation - Kursaufbau - Biomechanik des Cycling - Die Vorbildfunktion des Trainers
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b>	1 Lehrbrief

---

## Abschluss

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

# Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	keine besonderen; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang, E-Mail-Account und ggf. Software zum Abspielen von Film-Dateien sowie Lautsprecher/ Kopfhörer
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

# Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	320,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	320,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	2
<b>Höhe der Raten:</b>	160,00 €

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>	1.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	26 Std. (35 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	6.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Sind nicht vorgesehen