

# Boxtrainer/-in

<b>Titel</b>	Boxtrainer/-in
<b>Zulassungsnummer</b>	7487224

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Sportcademy Stephanie Ungleba Lohäcker 4 95615 Marktredwitz
<b>Telnr:</b>	+49156783913582
<b>E-Mail-Adresse:</b>	team@sportcademy
<b>Webseite:</b>	<a href="http://www.sportcademy.de">http://www.sportcademy.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine berufliche Tätigkeit als Boxtrainer/-in

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Grundlagen - Grundstellung & Fortbewegung - Schläge im Boxen - Verteidigung im Boxen - Sandsacktraining - Pratzentraing - Schattenboxen - Sparring - Konditionstraining - Trainingsplanung im Boxen - Ernährung für Boxer - Mentale Stärke
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b>	12 Online-Module bestehend aus Videos und Skripten

---

## Abschluss

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

# Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	grundlegende Erfahrungen im Sportbereich, idealerweise in Kampfsportarten oder im Fitnessbereich, sind von Vorteil, Zugriff auf grundlegende Trainingsausrüstung (z.B. Boxhandschuhe, Sandsack, Pratzen) für die praktischen Übungen zu Hause oder im Studio; technische Voraussetzung: PC mit Internetanschluß
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	749,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	749,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	1
<b>Höhe der Raten:</b>	749,00 €

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>	43 Std. (57 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	10.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Sind nicht vorgesehen