Fitnesstrainer/-in C-Lizenz

Titel	Fitnesstrainer/-in C-Lizenz
Zulassungsnummer	7549125

Veranstalter

Adresse:	KAF Akademie GmbH Budapester Straße 4a 93055 Regensburg
Telnr:	+49 (0)941 60094459
E-Mail-Adresse:	info@kaf-akademie.de
Webseite:	https://www.kaf-akademie.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Grundlagenkenntnissen aus dem Bereich des Fitnesstrainings

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Soft Skills als Fitness- und Personal Trainer - Muskelgewebe - Muskelkater - Anatomie der Muskulatur - Belastungsnormative - Superkompensation - Trainingsprinzipien - Trainingssteuerung - Grundregeln bei der Trainingsplanerstellung - Trainingsplanung für Trainingseinsteiger und Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	Online-Module

Abschluss

Abschluss:	institutsinternes Teilnahmezertifikat
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter 18 Jahre, Trainingserfahrung in einem Fitnessstudio sind wünschenswert; technische Voraussetzung: Endgerät (PC; Laptop o. ä.) mit Internet-Zugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	49,00 €
Lehrgangskosten:	49,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	1
Höhe der Raten:	49,00 €

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:	1.00
Gesamtdauer in Stunden:	43 Std. (57 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	10.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Ist nicht vorgesehen