

# Group Fitness Trainer\*in Ausbildung Online

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Titel</b>            | Group Fitness Trainer*in Ausbildung Online |
| <b>Zulassungsnummer</b> | 7571425                                    |

---

## Veranstalter

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>Adresse:</b>        | SAFS & BETA eine Marke der DEC-Digital Education Company GmbH<br>Fritz-Reichle-Ring 16/1<br>78315 Radolfzell |
| <b>Telnr:</b>          | +4977329879204   |
| <b>E-Mail-Adresse:</b> | info@safs-beta.de  |
| <b>Webseite:</b>       | <a href="https://www.safs-beta.de/">https://www.safs-beta.de/</a>  |

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für die Tätigkeit als Group Fitness Trainer\*in

---

## Inhalte

|  |  |
|--|--|
| <b>Lehrgangsinhalte:</b>                                   | Grundlagen - Musiklehre für Group Fitness - Cueing in der Group Fitness - Körperhaltung - Choreographie - Aufbau von Group Fitness Kursen - Methodik und Didaktik - Trainingswissenschaft - Anatomie - Workout - Energiebereitstellung |
| <b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:</b> | 11 Module, Lehrbrief, Lernplattform  |

---

## Abschluss

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

# Voraussetzungen

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <b>Teilnahmevoraussetzungen:</b> | Mindestalter 18 Jahre, gute Deutschkenntnisse (mind. B2-Niveau), trainingswissenschaftliche und methodisch-didaktische Vorkenntnisse (z.B. durch den Erwerb einer Fitnesstrainer B-Lizenz), erste Erfahrungen in der Trainingsplanung und Trainingsanleitung von Personen und Gruppen (z. B. durch die Kundenbetreuung im Rahmen einer Tätigkeit in einer Fitness- oder Gesundheitseinrichtung); technische Voraussetzungen: Endgerät mit Internetzugang |
| <b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>  | Nachweis ausreichender Vorbereitung  |

## Kosten

|  |          |
|--|----------|
| <b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b> | 599,00 € |
| <b>Lehrgangskosten:</b>                | 599,00 € |
| <b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b> | 0,00 €   |
| <b>Anzahl der Raten:</b>               | 1        |
| <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>                                    | 3.00  |
| <b>Gesamtdauer in Stunden:</b>                                    | 71 Std. (95 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| <b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b> | 5.50  |
| <b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>                   | 0   |
| <b>Präsenzunterricht:</b>   | Ist nicht vorgesehen                            |