Functional Trainer

Titel	Functional Trainer
Zulassungsnummer	7620026

Veranstalter

Adresse:	OFA - ONLINE FITNESS ACADEMY GmbH Fritz-Reichle-Ring 16/1 78315 Radolfzell
Telnr:	+49 30 439 720 720
E-Mail-Adresse:	mail@online-fitness-academy.de
Webseite:	https://www.online-fitness-academy.de/impressum.html

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen für eine Tätigkeit als Trainer/in für Functional Training

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Einführung Functional Training, Besonderheiten und Unterschiede zu anderen Trainingsformen, Ziele & Zielgruppen des Functional Trainings, Inhalte des Functional Trainings, Verletzungsprophylaxe, Mobility Training, Exkurs: Functional Movement Screen, Grundlagen Core-Stability, Training auf instabilem Untergrund, Erstellung von Stundenmodellen, Zielgruppenorientierte Gestaltung einer Trainingseinheit
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	1 Lehrbrief, 43 Lehrvideos

Abschluss

Abschluss:	institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	keine Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Mindestalter von 18 Jahren, ein Zugang zu schnellem Internet, gute Kenntnisse der deutschen Sprache (mindestens B2-Niveau), trainingswissenschaftliche und methodisch-didaktische Vorkenntnisse (z.B. Fitnesstrainer B-Lizenz), erste Erfahrungen in der Trainingsplanung und Trainingsanleitung von Personen und Gruppen (z.B. durch eine Tätigkeit in einer Fitness- oder Gesundheitseinrichtung)
Prüfungsvoraussetzungen:	entfällt

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	659,00 €
Lehrgangskosten:	659,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	1
Höhe der Raten:	659,00 €

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:	3.00
Gesamtdauer in Stunden:	45 Std. (60 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	3.50
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Nicht vorgesehen