

Athletiktrainer(in)

Titel	Athletiktrainer(in)
Zulassungsnummer	7404121

Veranstalter

Adresse:	OTL - Online Trainer GmbH An den Fuchsbergen 9 15569 Woltersdorf
Telefonnr:	+49 800 7244664
E-Mail-Adresse:	info@otl.email
Webseite:	https://www.online-trainer-lizenz.de/

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für eine Tätigkeit als Athletiktrainer(in)

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Einführung in das Athletiktraining, Grundlagen des Athletiktrainings, Anforderungsprofil, Diagnostik und Monitoring, Warm-up und Movement Preparation, Krafttraining, Schnelligkeitstraining, Plyometrisches Training, Ausdauertraining, Beweglichkeitstraining, Athletiktraining im Kindes- und Jugendalter, Regeneration, Der verletzte Athlet: Rehabilitation und Rekonditionierung, Periodisierung im Athletiktraining, Programmgestaltung in der Praxis, Persönlichkeit und Verhalten des Trainers, Mythen im Athletiktraining
Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:	17 Online-Module, Lernskripte, Selbstkontrollaufgaben, Online-Zwischenprüfung, theoretische und praktische Prüfungen

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Eine vorliegende Fitnesstrainer(in)-B-Lizenz als Nachweis für das Grundlagenwissen über Sport und Bewegung; technische Voraussetzungen: PC mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.019,00 €
Lehrgangskosten:	1.019,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	169,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

Zeitraahmen

Gesamtdauer in Monaten:	6.00
Gesamtdauer in Stunden:	210 Std. (280 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	8.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	5
Präsenzunterricht:	1 Online-Seminar; 1 Prüfungsseminar Online oder vor Ort in Berlin, Leipzig, München oder Frankfurt, weitere Standorte können mit dem Institut abgestimmt werden,

Zusätzliche Informationen

Lehrgangskosten: Die tatsächliche Ratenhöhe kann aufgrund enthaltener Prüfungsgebühr in Höhe von 150,00 EUR abweichen.