

# Zert. Fitness- und Gesundheitstrainer/-in (B- und A-Lizenz)

<b>Titel</b>	Zert. Fitness- und Gesundheitstrainer/-in (B- und A-Lizenz)
<b>Zulassungsnummer</b>	7587326

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Vitalakademie Learn@HomeEngel Learn GmbH Wiener Straße 4 4020 Linz
<b>Telefon:</b>	+43 720 8157 61
<b>E-Mail-Adresse:</b>	fernstudium@vitalakademie.at
<b>Webseite:</b>	<a href="http://www.learn-at-home.de">http://www.learn-at-home.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine berufliche Tätigkeit als Fitness- und Gesundheitstrainer/-in (B- und A-Lizenz)

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Module B Lizenz: Einführung - Berufsbild- und Arbeitsmarkt - Physiologie - Anatomie - Allgemeine Trainingslehre - Beweglichkeitstraining - Krafttraining - Ausdauertraining - Trainingsplanung - Ernährungslehre; Module A Lizenz: Einführung - Koordinationstraining - Coretraining - Leistungsorientiertes Krafttraining - Leistungsorientiertes Ausdauertraining - Diagnostische Kompetenz - Trainingsplanung Dysbalancen - Spezielle Trainingsformen - Pathologie - Spezielle Populationen - Entspannung und Regeneration
--------------------------	---

<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	Online-Module bestehend aus Videos und Skripten
---	---

---

## Abschluss

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

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter 18 Jahre, abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	4 bestandene Modul-Test, eine eingereichte und positiv beurteilte praktische Umsetzung, Teilnahme an 10 Coachingeinheiten, genehmigter Themenvorschlag und positiv beurteilte wissenschaftliche Arbeit

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.430,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.380,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	50,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	12
<b>Höhe der Raten:</b>	115,00 €

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

---

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	7.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	602 Std. (803 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	20.00

<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Um zur Prüfung zugelassen zu werden müssen 10 verpflichtende Coachingeinheiten belegt werden, welche kostenpflichtig sind.

---

## **Zusätzliche Informationen**

Es fallen weitere Kosten an für: Prüfungsgebühr 100,00 €, Beurteilung der Facharbeit 50,00 €, 10 verpflichtende Coachingeinheiten (40,00 € pro Einheit)