



DIPLOMLEHRGÄNGE

# DIPLOM FUNCTIONAL STRENGTH MASTER TRAINER/IN



[www.sportausbildung.com](http://www.sportausbildung.com)  
Hotline: +43 1 997 27 38  
[info@sportausbildung.com](mailto:info@sportausbildung.com)

MACHEN SIE IHR HOBBY  
ZUM BERUF!





**KURSNUMMER: LF520-we-3e**  
DIPLOM FUNCTIONAL STRENGTH MASTER TRAINERIN

# Präsenzkurs

**Kurstyp:** Wochenendkurs | **Sa. und So. 09:00-18:00 Uhr**  
**Kursort:** Linz, Salzburg

**Kursstart:** **14. März 2020** (Durchschnittliche Lerndauer: **3 Monate**)  
(Mit der Sportkompetenz flexibel gestaltbar, kürzerer oder längerer Zeitraum möglich)

**+ Praktische Prüfung innerhalb von 12 Monaten ab letztem Präsenztage**

**Module:**

- 1. Modul | Sportkompetenz  
6 Präsenztage (48 UE) Präsenzzeitraum: **flexibel**
- 2. Modul | Dipl. Functional Strength Master Trainer/In  
10 Präsenztage (80 UE) Präsenzzeitraum: 25. April 2020 - 07. Juni 2020

**Kosten:** **€ 1.990,-**  
Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (Präsentationen & Skripten) in digitaler Form und Prüfungsgebühren. **Ratenzahlung möglich**, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:  
(Anzahlung: **€ 600,-** & monatlich ab **€ 278,-**)

**Umfang:** 703 E

- 128 UE | Präsenzkurseinheiten in Theorie und Praxis
- 280 EE | eLearning - Videountericht (798 FullHD Lernvideos)
- 30 TE | Praktische Umsetzung (Praxiseinheiten - Selbsttraining)
- 25 RE | Literaturrecherche
- 240 LE | Selbststudium (Lerneinheiten)



## Förderungen & Bildungskarenz:

Aufgrund des gesamten Ausbildungsumfanges ist der Lehrgang für eine Bildungskarenz geeignet. Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gerne!

A | D | CH: **0800 400 30 11**  
info@sportausbildung.com

Alle Entgelte verstehen sich nach § 6 Abs (1) Z 11 lit a UStG - netto.

UE - Unterrichtseinheiten | EE - eLearningeinheiten | TE - Trainingseinheiten | RE - Rechercheeinheiten | LE - Lerneinheiten  
AE - Arbeitseinheiten | E - Einheit (Eine Einheit wird mit einem Lern-/Zeitaufwand von 60 Minuten gerechnet.)



**KURSNUMMER: LF520-we-3e**

DIPLOM FUNCTIONAL STRENGTH MASTER TRAINERIN

# Unser flexibler Kern

## Das Modul Sportkompetenz

Die Sportkompetenz ist das **Basismodul** jeder flexyfit Sportausbildung und enthält diese Fächer:

Anatomie	8 UE
Berufskunde und Recht	4 UE
Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung	4 UE
Grundlagen der Ernährung	4 UE
Kundenorientiertes Arbeiten	4 UE
Physiologie	8 UE
Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation	4 UE
Sportverletzung	4 UE
Trainingslehre Grundlage	8 UE

### Der flexyfit Vorteil

Sie bestimmen für jedes Fach der Sportkompetenz Ihren **eigenen Präsenztermin** ganz bequem über Ihr Academykonto. Zusätzlich sind schon **alle Online Lernvideos** sofort bei Kursstart freigeschaltet. Das ist flexibles Lernen.

### Wie funktioniert das?

Sie loggen sich **online** in Ihr Academykonto ein und wählen aus einer vorgegebenen Liste von Terminen und Standorten für jedes einzelne Fach den für Sie besten Termin aus :)

**Was heißt das?** Sie können z.B. das Fach Physiologie an einem **anderen Standort** absolvieren oder an einem **späteren Termin** oder sofort **online als eLearning**.

Sie bestimmen also selbst die Dauer Ihrer Ausbildung :)

Sie finden alle Termine online in Ihrem Academykonto, hier zeigen wir Ihnen den frühesten Termin für Ihren Standort: **Linz**

**Schulungsort:** LINZ**SPK Zeitraum:** 14. März 2020 - 05. April 2020**KursTyp:** Wochenendkurs

**Worauf warten Sie noch?** - Holen Sie sich gleich Ihr [Anmeldeformular](#)



**KURSNUMMER: LF520-we-3e**

DIPLOM FUNCTIONAL STRENGTH MASTER TRAINERIN

# Module



Präsenzphase (Modul Sportkompetenz)

**Zeitraum:** Buchen Sie sich kostenlos am Standort Ihrer Wahl ein

Das Modul Sportkompetenz können Sie **flexibel** in Ihrem Academykonto nach Ihren Wünschen buchen (Zeitraum, Kursvariante, Kursort usw.). Alle Unterrichtsfächer der Sportkompetenz finden Sie **zusätzlich kostenlos auch als eLearning-Variante** (mit **798 Full HD Lernvideos**) in Ihrem Academykonto sofort verfügbar.



Präsenzphase (Modul Dipl. Functional Strength Master Trainer/In)

**Kurstyp:** Wochenendkurs (Sa. und So. 09:00-18:00 Uhr)**Schulungsort:** SALZBURG**Zeitraum:** 25. April 2020 - 07. Juni 2020**Unterrichtsfächer**

- Bodyweight Training (8 UE)
- Einführung in das Gewichtheben (4 UE)
- exzentrisches Krafttraining (4 UE)
- Functional Equipment Training (16 UE)
- Functional Mobility (4 UE)
- Functional Strength Übungen (12 UE)
- FunctionaltrainerIn Praxiseinheiten (30 UE)
- Functionaltraining Grundlagen und Regeln (8 UE)
- Funktionelle Bewegungsanalyse (4 UE)
- Funktionelle Rumpf und Stützkräftigung (8 UE)
- HIT-Training und Trainingsprogramme (8 UE)
- Plyometrics und Agility (4 UE)





## KURSORGANISATION

---

**Melanie Brandstätter, Bakk.**

Leiterin der Flexyfit Sports Academy

+43 1 997 27 38-102

brandstaetter@sportausbildung.com

**Mag. Katrin Sprohar**

Teilnehmerbetreuung/Kursorganisation

+43 1 997 27 38 109

sprohar@sportausbildung.com



## WICHTIGE LINKS

---

[Anmeldeformular](#)[Unser Leitbild](#)[Unser Service](#)[Förderinformationen](#)