



DIPLOMLEHRGÄNGE

# DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINER/IN

www.sportausbildung.com  
Hotline: +43 1 997 27 38  
info@sportausbildung.com

MACHEN SIE IHR HOBBY  
ZUM BERUF!





**KURSNUMMER: BLC520-HW-7h-10**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

# Blended Learning

**Kurstyp:** Halbtages Wochenkurs | **Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr**  
**Kursort:** München

**Kursstart:** **Sofort starten** mit der Sportkompetenz (online)  
Präsenzphase: 13. Juli 2020 - 19. November 2020  
**+ Praktische Prüfung innerhalb von 12 Monaten ab letztem Präsenztage**

**Module:**

1. Modul | Sportkompetenz  
280 EE | eLearning - Videounterricht (344 FullHD Lernvideos)
2. Modul | Dipl. FitnesstrainerIn  
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 13. Juli 2020 - 23. Juli 2020
3. Modul | Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn  
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 09. November 2020 - 19. November 2020

**Kosten:** **€ 2.290,-**  
Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (Präsentationen & Skripten) in digitaler Form und Prüfungsgebühren. **Ratenzahlung möglich**, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:  
(Anzahlung: **€ 600,-** & monatlich ab **€ 189,-**)

**Umfang:** 799 E

- 64 UE | Präsenzkurseinheiten in Theorie und Praxis
- 280 EE | eLearning - Videounterricht (344 FullHD Lernvideos)
- 60 TE | Praktische Umsetzung (Praxiseinheiten - Selbsttraining)
- 35 RE | Literaturrecherche
- 360 AE | Abschlussarbeiten (Hausarbeiten, Facharbeiten od. Fallbeispiele)



## 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: BLC520-HW-7h-10**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

## Module





	Lernvariante: E-Learning (Modul Sportkompetenz )
	 <b>Zeitraum:</b> beliebig
	<p><b>Unterrichtsfächer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anatomie (8 UE)</li> <li>Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung (4 UE)</li> <li>Grundlagen der Ernährung (4 UE)</li> <li>Kundenorientiertes Arbeiten (4 UE)</li> <li>Physiologie (8 UE)</li> <li>Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation (4 UE)</li> <li>Sportverletzung (4 UE)</li> <li>Trainingslehre Grundlage (8 UE)</li> </ul>
	Präsenzphase (Modul Dipl. FitnesstrainerIn)
	<b>Kurstyp:</b> Halbtages Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)
	 <b>Schulungsort:</b> MÜNCHEN
	<b>Zeitraum:</b> 13. Juli 2020 - 23. Juli 2020
	<p><b>Unterrichtsfächer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausdauertraining in der Praxis (4 UE)</li> <li>Einführung in das Sensomotorische Training (4 UE)</li> <li>Fitnesstrainer Praxiseinheiten (30 UE)</li> <li>Freies Krafttraining 1 (4 UE)</li> <li>Funktionelles Krafttraining (4 UE)</li> <li>Geräteunterstütztes Krafttraining (8 UE)</li> <li>Grundlegende Ganzkörperübungen (4 UE)</li> <li>Trainingsplanung (4 UE)</li> </ul>





**KURSNUMMER: BLC520-HW-7h-10**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

## Module

	Präsenzphase (Modul Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn)
	<b>Kurstyp:</b> Halbtages Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)
	<b>Schulungsort:</b> MÜNCHEN
	<b>Zeitraum:</b> 09. November 2020 - 19. November 2020
	<b>Unterrichtsfächer</b> Differenziertes Krafttraining - Wirbelsäule/ Schultergürtel (8 UE) Freies Krafttraining 2 (4 UE) Functional Training und funktionelles Aufwärmen (8 UE) Health Fitness Personal Trainer Praxiseinheiten (30 UE) HIT High Intensity Training (4 UE) One2One Training (4 UE) Training mit spez. Fitnessgeräten (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](#)

