



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: BLC522-a-5f
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

Blended Learning

Kurstyp: Kombiniertes Lehrgang | **Online live Webinar, Abendkurs**
Kursort: Innsbruck

Kursstart: **Sofort starten** mit der Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 11. Oktober 2022 - 01. Dezember 2022
+ Praktische Prüfung innerhalb von 12 Monaten ab letztem Präsenztag

Module:

1. Modul | Sportkompetenz
280 EE | eLearning - Videounterricht (427 FullHD Lernvideos)
2. Modul | Dipl. FitnesstrainerIn
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 11. Oktober 2022 - 03. November 2022
3. Modul | Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 15. November 2022 - 01. Dezember 2022

Kosten: € 2.390,-
Ausbildungskosten inkl. Lehrgangunterlagen (Präsentationen & Skripten) in digitaler Form und Prüfungsgebühren. **Ratenzahlung möglich**, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 179,-)

Umfang: 739 E

- 64 UE | Präsenzkurseinheiten in Theorie und Praxis
- 280 EE | eLearning - Videounterricht (427 FullHD Lernvideos)
- 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: BLC522-a-5f
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

Unser flexibler Kern

Das Modul Sportkompetenz

Die Sportkompetenz ist das **Basismodul** jeder flexyfit Sportausbildung.

Um bei der Arbeit mit Menschen verantwortungsvoll und effektiv handeln zu können, ist es von zentraler Bedeutung, den menschlichen Körper und die Mechanismen, die darin ablaufen, möglichst gut zu kennen und natürlich auch zu verstehen, wie diese beeinflusst werden können. Sie erwerben fundiertes Basiswissen über Sport, Bewegung, gesunde Ernährung und kundenorientiertes Arbeiten.

Dieses **essentielle Wissen** muss leicht zugänglich sein, deshalb haben wir uns etwas für Sie überlegt um Ihr Lernerlebnis so **einfach & flexibel** wie möglich zu machen.



▶ **Online Lernvideos**

Die Online Lernvideos dienen als Basis für das Lernen Ihres Grundmoduls. Hier haben unsere FachdozentInnen den Lernstoff für Sie in mehr als 300 UHD Videos zusammengefasst.

📄 **Präsentationen & Skripte**

Sind die perfekte Ergänzung zu den Online-Lernvideos. Holen Sie sich ein tieferes Verständnis und lesen Sie jederzeit alles nach, was Sie für wichtig halten.

🖥️ **Online Live Webinare (NEU!)**

Flexibler Unterricht bei Ihnen zuhause! Die Vorlesungen des Basismoduls bieten wir auch als interaktive Online Live Webinare an. Unsere FachdozentInnen halten den Unterricht live ab und Sie können aktiv am Unterricht teilnehmen. Diskutieren Sie mit, stellen Sie Ihre Fragen und gestalten Sie den Unterricht live mit. Das Lernerlebnis von Präsenzunterricht bei Ihnen zuhause.

So flexybel war E-Learning noch nie!

Starten Sie jetzt Ihre Ausbildung noch heute mit Ihrer flexiblen Sportkompetenz!



KURSNUMMER: BLC522-a-5f
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

Module





| | |
|--|---|
| | Lernvariante: E-Learning (Modul Sportkompetenz) |
| | Zeitraum: beliebig |
| | Unterrichtsfächer Anatomie Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung Grundlagen der Ernährung Kundenorientiertes Arbeiten Physiologie Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation Sportverletzung Trainingslehre Grundlage |
| | Präsenzphase (Modul Dipl. FitnesstrainerIn) |
| | Kurstyp: Abendkurs (Di.-Do. 18:00-22:00 Uhr) |
| | Schulungsort: INNSBRUCK |
| | Zeitraum: 11. Oktober 2022 - 03. November 2022 |
| | Unterrichtsfächer Ausdauertraining in der Praxis (4 UE) Einführung in das Sensomotorische Training (4 UE) Freies Krafttraining 1 (4 UE) Funktionelles Krafttraining (4 UE) Geräteunterstütztes Krafttraining (8 UE) Grundlegende Ganzkörperübungen (4 UE) Trainingsplanung (4 UE) |





KURSNUMMER: BLC522-a-5f
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

Module

| | |
|---|--|
|  | Präsenzphase (Modul Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn) |
|  | Kurstyp: Abendkurs (Di.-Do. 18:00-22:00 Uhr) |
|  | Schulungsort: INNSBRUCK |
|  | Zeitraum: 15. November 2022 - 01. Dezember 2022 |
| | Unterrichtsfächer Differenziertes Krafttraining - Wirbelsäule/ Schultergürtel (8 UE) Freies Krafttraining 2 (4 UE) Functional Training und funktionelles Aufwärmen (8 UE) HIT High Intensity Training (4 UE) One2One Training (4 UE) Training mit spez. Fitnessgeräten (4 UE) |





KURSOrganISATION

**Melanie Brandstätter**

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](#)