



DIPLOMLEHRGÄNGE

# DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINER/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: LC520-w-3a-4**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

# Präsenzkurs

**Kurstyp:** Kombiniertes Lehrgang | **Wochenendkurs, Wochenkurs**  
**Kursort:** **Wien**

**Kursstart:** **30. 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 (44 UE) Präsenzzeitraum: **flexibel**
2. Modul | Dipl. FitnesstrainerIn  
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 06. April 2020 - 09. April 2020
3. Modul | Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn  
4 Präsenztage (32 UE) Präsenzzeitraum: 25. Mai 2020 - 28. Mai 2020

**Kosten:** **€ 2.490,-**  
Ausbildungskosten inkl. Lehrgangunterlagen (Präsentationen & Skripten) in digitaler Form und Prüfungsgebühren. **Ratenzahlung möglich**, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:  
(Anzahlung: **€ 600,-** & monatlich ab **€ 189,-**)

**Umfang:** 843 E

108 UE | Präsenzkurseinheiten in Theorie und Praxis  
280 EE | eLearning - Videountericht (314 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: LC520-w-3a-4**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

# Unser flexibler Kern

## Das Modul Sportkompetenz

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

|   |      |
|---|------|
| Anatomie  | 8 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 istflexibles 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: **Wien**



**Schulungsort:** WIEN



**SPK Zeitraum:** 25. April 2020 - 17. Mai 2020

**KursTyp:** Wochenendkurs

Hier können Sie noch früher starten: **München**



**Schulungsort:** MÜNCHEN



**SPK Zeitraum:** 18. April 2020 - 17. Mai 2020

**KursTyp:** Wochenendkurs

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





**KURSNUMMER: LC520-w-3a-4**  
DIPLOM HEALTH FITNESS- & PERSONALTRAINERIN

## Module





|  |   |
|--|---|
|  | Präsenzphase (Modul Sportkompetenz)   |
|  | <p><b>Zeitraum:</b> Buchen Sie sich kostenlos am Standort Ihrer Wahl ein<br/>Das Modul Sportkompetenz können Sie <b>flexibel</b> in Ihrem Academykonto nach Ihren Wünschen buchen (Zeitraum, Kursvariante, Kursort usw.). Alle Unterrichtsfächer der Sportkompetenz finden Sie <b>zusätzlich kostenlos auch als eLearning-Variante</b> (mit <b>314 Full HD Lernvideos</b>) in Ihrem Academykonto sofort verfügbar.</p>                                  |
|  | Präsenzphase (Modul Dipl. FitnesstrainerIn)   |
|  | <b>Kurstyp:</b> Wochenkurs (Mo-Do 09:00-18:00 Uhr)  |
|  | <b>Schulungsort:</b> WIEN   |
|  | <b>Zeitraum:</b> 06. April 2020 - 09. April 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: LC520-w-3a-4**

DIPLOM HEALTH FITNESS- &amp; PERSONALTRAINERIN

# Module

|   |   |
|---|---|
|  | Präsenzphase (Modul Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn)  |
|  | <b>Kurstyp:</b> Wochenkurs (Mo-Do 09:00-18:00 Uhr)  |
|  | <b>Schulungsort:</b> WIEN   |
|  | <b>Zeitraum:</b> 25. Mai 2020 - 28. Mai 2020  |
|   | <b>Unterrichtsfächer</b><br>Differenziertes Krafttraining - Wirbelsäule/ Schultergürtel (8 UE)<br>Freies Krafttraining 2 (4 UE)<br>Functional Training und funktionelles Aufwärmen (8 UE)<br>Health Fitness Personal Trainer Praxiseinheiten (30 UE)<br>HIT High Intensity Training (4 UE)<br>One2One Training (4 UE)<br>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](#)