



DIPLOMLEHRGÄNGE

DIPLOM TRIATHLON- TRAINER/IN

www.sportausbildung.com

Hotline: +43 1 997 27 38

info@sportausbildung.com

MACHEN SIE IHR HOBBY
ZUM BERUF!





KURSNUMMER: LTRI324-HW-4f-1
DIPLOM TRIATHLONTRAINER

Präsenzkurs

Kurstyp: Kombiniertes Lehrgang | **Online live Webinar, Halbtages-Wochenkurs**
Kursort: Innsbruck

Kursstart: **Sofort starten** mit der Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 06. Mai 2024 - 24. Oktober 2024
+ Praktische Prüfung innerhalb von 12 Monaten ab letztem Präsenztage

Module:

1. Modul | Sportkompetenz
280 EE | eLearning - Videountericht (314 FullHD Lernvideos)
2. Modul | Dipl. TriathlontrainerIn
10 Präsenztage (40 UE) Präsenzzeitraum: 06. Mai 2024 - 23. Mai 2024
3. Modul | Dipl. LauftrainerIn
11 Präsenztage (44 UE) Präsenzzeitraum: 15. Juli 2024 - 25. Juli 2024
4. Modul | Dipl. SchwimmtrainerIn
12 Präsenztage (48 UE) Präsenzzeitraum: 07. Oktober 2024 - 24. Oktober 2024

Kosten: € 3.890,-
Ausbildungskosten inkl. Lehrgangunterlagen (Präsentationen & Skripten) in digitaler Form und Prüfungsgebühren. **Ratenzahlung möglich**, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 219,-)

Umfang: 1.336 E

132 UE | Präsenzkurseinheiten in Theorie und Praxis
486 EE | eLearning - Videountericht (314 FullHD Lernvideos)
186 RE | Literaturrecherche
387 LE | Selbststudium (Lerneinheiten)
90 TE | Praktische Umsetzung
16 AE | Abschlussarbeiten & Prüfungen
39 VE | Lernvideos Einheiten

Förderungen & Bildungskarenz:



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

Hotline: **+43 1 997 27 38**
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: LTRI324-HW-4f-1
DIPLOM TRIATHLONTRAINER

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: LTRI324-HW-4f-1
DIPLOM TRIATHLONTRAINER

Module





	E-Learning, optional Präsenz Online Webinare (Modul Sportkompetenz)
	Zeitraum: beliebig
	Unterrichtsfächer Anatomie Ernährung Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung Kundenorientiertes Arbeiten Physiologie Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation Sportverletzung Trainingslehre Grundlage
	Präsenzphase (Modul Dipl. TriathlontrainerIn)
	Kurstyp: Halbtages-Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)
	Schulungsort: INNSBRUCK
	Zeitraum: 06. Mai 2024 - 23. Mai 2024
	Unterrichtsfächer Aufbau und Training Wechselzonen (2 UE) Grundlagentraining (4 UE) Intervalltraining (2 UE) Koppeltraining (2 UE) Krafttraining für Triathleten (2 UE) Materialkunde (2 UE) Mentaltraining (2 UE) Open Water (8 UE) Regelkunde im Triathlon (2 UE) Sitzposition am Rad (2 UE) Spezielle Trainingsplanung (4 UE) Taktik, Renneinteilung und Verpflegung (2 UE) Techniktraining Radfahren (4 UE) Triathlonsport und die Trainingsmethoden (2 UE)





KURSNUMMER: LTRI324-HW-4f-1
DIPLOM TRIATHLONTRAINER

Module





	Präsenzphase (Modul Dipl. LauftrainerIn)
	Kurstyp: Halbtages-Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)
	Schulungsort: INNSBRUCK
	Zeitraum: 15. Juli 2024 - 25. Juli 2024
	<p>Unterrichtsfächer</p> <ul style="list-style-type: none"> Barfußlauf (2 UE) Berglauf - Treppenlauf - Ultra (2 UE) Ernährung im Wettkampf und Training (2 UE) Fahrtspiel (2 UE) Grundlagentraining I (2 UE) Grundlagentraining II (2 UE) Höchstform am Tag X (2 UE) Intervalltraining extensiv (4 UE) Intervalltraining intensiv (4 UE) Lauftechnik (4 UE) Leistungsdiagnostik (2 UE) Motivation (2 UE) Pacemaking/Die Rolle des Lauftrainers (2 UE) Spezifisches Krafttraining (2 UE) Tempodauerlauf (2 UE) Tipps und Motivation von Laufspezialisten (2 UE) Trainingsmethoden (2 UE) Trainingsplangestaltung (2 UE) Wiederholungsmethode (2 UE)





KURSNUMMER: LTRI324-HW-4f-1
DIPLOM TRIATHLONTRAINER

Module

	Präsenzphase (Modul Dipl. SchwimmtrainerIn)
	Kurstyp: Halbtages-Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)
	Schulungsort: INNSBRUCK
	Zeitraum: 07. Oktober 2024 - 24. Oktober 2024
	Unterrichtsfächer Anfängertraining Praxis (2 UE) Bewegungslehre (4 UE) Brust Technik Praxis (2 UE) Delphin Technik Praxis (2 UE) Kraule-Freistil Technik Praxis (2 UE) Lehrauftritt der TeilnehmerInnen Praxis (4 UE) Praktische Übungen im Wasser Praxis (2 UE) Rücken Technik Praxis (2 UE) Schwimmtraining 1 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 2 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 3 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 4 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 5 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 6 SWC Praxis (2 UE) Schwimmtraining 7 SWC Praxis (2 UE) Spezifisches Krafttraining und Mobilisation (2 UE) Stundengestaltung und Methodik (2 UE) Trainingslehre (2 UE) Videoanalysen der versch. Techniken (8 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](#)