

STARTE
DEINE
KARRIERE –
JETZT!



BILDUNGSPROGRAMM

FITNESS | FUNCTIONAL TRAINING
ERNÄHRUNG | MANAGEMENT

FÜR EINE WEITER- BILDUNG AN DER ACADEMY OF SPORTS GIBT ES MEHR ALS GENUG GUTE GRÜNDE. HIER SIND UNSERE TOP 10:

1 BETREUUNG

Bei uns wird **GEMEINSCHAFT** großgeschrieben, weshalb wir immer für unsere Community da sind. Vom ersten Kontakt bis über den Abschluss hinaus helfen wir dir gerne bei all deinen Fragen, Sorgen und Anliegen weiter und möchten dir das Gefühl vermitteln, dass du dich jederzeit vertrauensvoll an uns wenden kannst.

2 KARRIERE

An der Academy of Sports legst du durch hervorragende, anerkannte Weiterbildungen in den Bereichen Fitness, Functional Training, Ernährung und Management den Grundstein für deine erfolgreiche berufliche Zukunft und kannst auf diesem Fundament eine spannende, vielseitige Karriere errichten. Wir bereiten dich adäquat mit praktischem Know-how und theoriebasierten Wissensschatz auf deinen Berufsalltag vor.

3 POSITIONIERUNG

Wir bieten dir zum einen fundierte Grundlagenausbildungen für ein solides Standbein im Berufsleben, zum anderen darüber hinaus die Möglichkeit, deiner Karriere einen persönlichen Schliff zu verleihen. Finde auf einem schnelllebigen, vielseitigen Arbeitsmarkt deinen Platz, positioniere dich durch Abgrenzung und Individualität und setze gekonnt Akzente, die dich einzigartig und erfolgreich machen.

4 ANERKENNUNG

Unsere Weiterbildungen genießen dank hohen Standards größte Anerkennung in der Fitness- und Gesundheitsbranche. Qualität, inhaltliche Richtigkeit und Professionalität werden dir durch regelmäßige Prüfungen unseres Bildungsangebotes und des Unternehmens selbst durch unparteiische Institutionen wie der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU), DEKRA oder der AZAV gewährleistet.

5 TRADITION UND INNOVATION

Unser Ziel ist es, dich bestmöglich auf deine zukünftige Tätigkeit vorzubereiten und dir alles zu vermitteln, was du für Erfolg, Spaß und Leidenschaft in der Berufswelt brauchst. Dazu setzen wir auf eine Kombination aus traditionellen Lehr- und Lernmethoden wie durchdachte Lehrskripte, umfangreiche tutorielle Betreuung und sinnvolles Heranführen an praktische Themen durch Workshops und Präsenzlehrgänge sowie moderne, flexible Methoden wie Live-Online-Seminare und unseren Online Campus. Durch ein Fernstudium an der Academy of Sports entwickelst du nicht nur Fachkompetenz z. B. als Trainer oder Ernährungsberater, sondern wirst versiert im Umgang mit modernen Medien und überzeugst spätere Arbeitgeber und Kunden mit Disziplin, Durchhaltevermögen und Wissensdurst.

GUTE GRÜNDE FÜR DIE ACADEMY OF SPORTS

6 ONLINE CAMPUS

Unser innovatives Lernmanagementsystem und zugleich vielseitiger Social Media Bereich eröffnet dir ein riesiges Spektrum an Möglichkeiten: du kannst fachliche Inhalte diskutieren, zusätzliches Informations- und Lehrmaterial (z. B. Lehrvideos oder Vorbereitungsprüfungen) abrufen, Fragen stellen, von der Erfahrung anderer profitieren, Kontakte knüpfen und vieles mehr. Denn aus Erfahrung wissen wir, dass Lernen gemeinsam besonders viel Spaß macht. Auch nach deinem erfolgreichen Abschluss an der Academy of Sports behältst du deinen Zugang zum Online Campus als Teil unserer Community.

7 FLEXIBILITÄT

Bei uns bildest du dich bei größtmöglichem Komfort und vielen Freiheiten weiter, denn dein Lehrgang richtet sich nach deinem Leben, nicht umgekehrt. Wähle beispielsweise den Start deines Fernstudiums selbst, über- oder unterschreite die Studiendauer gebührenfrei und lerne wann, wo und wie du möchtest. Du brauchst dir weder Wochenenden freizuhalten noch lange Anfahrtswege oder Übernachtungskosten in Kauf zu nehmen. Berufsbegleitend weiterbilden? Kein Problem bei der Academy of Sports!

8 AKTUALITÄT

Für dich bleiben wir immer up to date und orientieren uns an den aktuellen Entwicklungen der Fitness- und Gesundheitsbranche sowie wissenschaftlichen Standards – das bezieht sich nicht nur auf unsere Lehrmaterialien, die kontinuierlich überarbeitet und verbessert werden, sondern schließt auch Lehrgänge und Workshops mit ein, die dich über moderne Trends informieren und dir das nötige Fachwissen an die Hand geben, ihnen kompetent zu begegnen und sie in deinen Berufsalltag zu integrieren.

9 FÖRDERMÖGLICHKEITEN

Als Bildungsinstitut und Wissensvermittler sind wir der Überzeugung, dass sich die Investition in eine Weiterbildung jederzeit lohnt, aber auch für jeden machbar sein sollte. Darum gibt es diverse Fördermöglichkeiten, wie du finanzielle Unterstützung für dein Fernstudium erhalten kannst. Dazu gehören unter anderem Bildungsgutscheine, das Steuern sparen oder Aufstiegs-BAföG.

10 SERIOSITÄT

Wir möchten, dass du deine Ziele erreichst und legen großen Wert darauf, dass du uns in Sachen Weiterbildung vollkommen vertrauen kannst. Fernlehre impliziert Distanz – lass uns dir zeigen, dass wir greifbar und präsent sind. Auf vielen Bewertungsportalen, wie www.fernstudiumumcheck.de oder www.fernstudium-direkt.de, findest du Lehrgänge der Academy of Sports mit Noten und Erfahrungsberichten, sodass du dir selbst ein Bild machen kannst.

DIE ACADEMY OF SPORTS



Bildung schafft Zukunft.

ACADEMY OF SPORTS GMBH

Willy-Brandt-Platz 2, 71522 Backnang

TELEFON **0800 589 12 54** (gebührenfrei)
+49 7191 229 87-0 (aus dem Ausland)

TELEFAX **+49 7191 229 87-99**

WHATSAPP **+49 152 234 204 92**

info@academyofsports.de

WWW.ACADEMYOFSPORTS.DE



ALLGEMEINER HINWEIS

Im Interesse des Textflusses und der Lesefreundlichkeit werden auf all unseren Printmedien und Websites durchgehend geschlechtsunspezifische Termini gebraucht. Die Berufs- und Abschlussbezeichnungen beziehen jeweils die weibliche Form mit ein. Wir bitten hierfür alle Leserinnen um Verständnis.

IMPRESSUM

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Academy of Sports GmbH

Preisänderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten. Keine Haftung für Preis-/Inhaltsänderungen unserer Bildungspartner. Katalog gültig bis zum Erscheinen einer Neuauflage.

DIE ENTSCHEIDUNG FÜR EINEN WEITERBILDUNGSPARTNER IST VERTRAUENSACHE! WIR MÖCHTEN UNS DIR GERNE VORSTELLEN, UM DIR DIE WICHTIGE ENTSCHEIDUNG FÜR EINE WEITERBILDUNG ZU ERLEICHTERN.

WIR SIND

2005 wurde die Academy of Sports in Backnang, nahe Stuttgart, gegründet. Seitdem kannst du bei uns anerkannte Ausbildungen und seit 2009 zahlreiche staatlich geprüfte und zertifizierte Fernstudiengänge belegen. Unsere Kernkompetenzen sind Fitness, Functional Training, Ernährung und Management!

WIR MACHEN

Wir verstehen Bildung als wertvolles Gut, das nicht nur auf beruflicher, sondern ebenso auf persönlicher Ebene eine enorme Bereicherung darstellt. Unser Unternehmen ist ein deutschlandweit und darüber hinaus wohlbekanntes und renommiertes Bildungsinstitut, das unterschiedlichste Lehrgänge wie Fernstudiengänge, Ausbildungen, Prüfungen und Workshops anbietet. Unsere Weiterbildungen in der Fernlehre sind allesamt staatlich geprüft und zugelassen, sodass sie unseren Teilnehmern neben fundiertem Fachwissen und qualifizierenden Kompetenzen auch attraktive berufliche Zukunftsperspektiven vermitteln. Dabei kooperieren wir mit einer Vielzahl angesehener Bildungspartner.

WARUM WIR ANDERS SIND

Fernstudium – damit assoziieren die meisten Menschen eine unpersönliche, eher vage Weiterbildung, die vorwiegend mit Selbstdisziplin und Eigenrecherche verbunden ist. Nicht bei uns! Unsere Auffassung unterscheidet sich grundlegend von dieser negativen Konnotation, denn uns ist persönliche Betreuung und enger Kontakt zu unseren Teilnehmern ganz besonders wichtig. Niemand soll sich beim Lernen alleine gelassen fühlen oder an schwierigen Themen und Fragen verzweifeln – **GEMEINSCHAFT** wird bei uns großgeschrieben. Alle Lehrgangsteilnehmer können sich mit jeglichen Anliegen jederzeit an uns wenden, ihre Sorgen und Anregungen mit uns teilen und sich ausführlich beraten lassen. Darüber hinaus eröffnet unser Online Campus die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen. Gerade diese moderne Verbindung traditioneller Lernmethoden mit neuen Medien zeichnet uns als kompetentes und innovatives Bildungsinstitut aus.

Für das gesamte Team der Academy of Sports steht die für dich optimale Auswahl des Bildungsangebotes im Vordergrund. Wir werden dich vom ersten Kontakt als Interessent, über deine Zeit als Teilnehmer bis hin zu deinem erfolgreichen Abschluss professionell begleiten – und auch darüber hinaus!

Wir möchten dich herzlich einladen, dir in aller Ruhe unseren Bildungskatalog anzusehen und dich zu informieren. Blättere einfach durch unsere Seiten und lerne uns und unser Bildungsprogramm kennen. Solltest du Fragen haben oder eine Beratung wünschen, zögere nicht, dich jederzeit an uns zu wenden – **wir sind für dich da!**

BILDUNGSÜBERSICHT

FITNESS

FITNESSTRAINING

- › Fitness C-Lizenz – 20
- › Fitnesstrainer/in B-Lizenz – 21
- › Personal Trainer/in B-Lizenz – 22
- › Fitnesstrainer/in A-Lizenz – 23
- › Personal Trainer/in A-Lizenz – 24
- › EMS-Trainer/in – 25
- › Fachtrainer/in für Seilzug- und Freihanteltraining – 26

SPEZIFISCHES TRAINING

- › Ernährungs- und Bewegungstrainer/in für Kinder – 27
- › Fachtrainer/in für Bodybuilding und Kraftsport – 28
- › Fachtrainer/in für Senioren – 29

MEDIZINISCHES TRAINING

- › Homöopathie im Sport – 30
- › Diagnostik und Testverfahren im Gesundheitssport – 31
- › Fachtrainer/in für Rückentraining – 32
- › Fachtrainer/in für Sportrehabilitation – 33
- › Krankheitsbilder im Gesundheitssport – 34

BREITENSPORT

- › Breitensport C-Lizenz – 35
- › Konditionstrainer/in für Fußball – 36
- › Gesundheitstrainer/in für Handball – 37
- › Gesundheitstrainer/in für Schwimmen – 38

BODY & MIND

- › Entspannungstrainer/in – 39

AUSDAUER

- › Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training – 40
- › Fachtrainer/in für Laktat-Leistungsdagnostik – 41
- › Spiroergometrie im Gesundheitssport – 42
- › Lauf- und Marathontrainer/in – 43
- › Triathlon Trainer/in – 44
- › Ausdauertrainer/in A-Lizenz – 45
- › Fachtrainer/in für Ausdauersport – 46
- › Team ICG® Basic Level (ICG) – 47
- › Team ICG® Pro Level (ICG) – 47

FUNKTIONELLES TRAINING

FUNKTIONELLES TRAINING

- › Crosstraining – 50
- › Fitnesstrainer/in für funktionelles Training – 51
- › TRX® STC – Suspension Training Course (TF) – 52
- › TRX® GTC – Advanced Training Course (TF) – 52
- › TRX® FTC – Functional Training Course (TF) – 53
- › TRX® SMSTC – Sports Medicine Suspension Training Course (TF) – 53
- › TRX® FORCE Trainer Course (TF) – 54
- › TRX® RTC – Rip Training Course (TF) – 54
- › TRX® GRTC – Group Rip Training Course (TF) – 55
- › Dynamax Coach Course (TF) – 55
- › Fascial Movement Taping Level 1 Ausbildung (FMT1) (TF) – 56
- › Fascial Movement Taping Level 2 Ausbildung (FMT2) (TF) – 56
- › Fascial Movement Taping Kombibuchung (FMT1 und FMT2) (TF) – 57
- › Trigger Point Performance MCT (TF) – 57
- › R1 Movement Professional Modul 1 (MP1) (R1) – 58
- › R1 Movement Professional Modul 2 (MP2) (R1) – 58
- › R1 Movement Professional Modul 3 (MP3) + Abschlussprüfung (R1) – 59
- › R1 Movement Professional 1 – 3 (Kombibuchung) (R1) – 59

ATHLETIKTRAINING

- › Athletiktrainer/in in Kontaktsportarten „ATKO“ (SF) – 60
- › Olympisches Gewichtheben (SF) – 60
- › BarbellEx – Langhanteltraining (SF) – 61
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 1 „Planung und Steuerung“ (SF) – 61
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 2 „Trainingspraxis“ (SF) – 62
- › Athletiktraining im Mannschaftssport (SF) – 62
- › Screening und Testverfahren im Mannschaftssport (SF) – 63
- › Sportsartspezifische Trainingsplanung (SF) – 63

ERNÄHRUNGSBERATUNG

- › Ernährung C-Lizenz – 66
- › Ernährungsberater/in B-Lizenz – 67
- › Einkaufs- und Lebensmittelberater/in – 68
- › Ernährungsberater/in A-Lizenz – 69
- › Ernährungsfachwirt/in – 70
- › Fachberater/in für Ernährungsberatung – 71

SPEZIFISCHE ERNÄHRUNG

- › Ernährungsberater/in für vegetarische Ernährung – 72
- › Ernährungsberater/in für Schwangere – 73
- › Ernährungsberater/in für Babys und Kleinkinder – 74
- › Ernährungsberater/in für Senioren – 75

SPORTERNÄHRUNG

- › Ernährungsberater/in für Sportler – 76
- › Ernährungsberater/in für Nahrungsergänzungsmittel – 77
- › Ernährungsberater/in für Sportler A-Lizenz – 78

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

- › Berater/in für Diabetes – 79

FITNESSMANAGEMENT

- › Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM) – 82
- › Betriebliche/r Gesundheitsmanager/in (BBGM) – 83
- › Fitnessstudiomanagement – 84
- › Vertriebs- und Servicemanagement für Fitnessstudios – 85
- › Marketingmanagement für Fitnessstudios – 86
- › Qualitätsmanagement für Fitnessstudios – 87
- › Wellness- und Spa-Management – 88

IHK-ABSCHLÜSSE

- › Geprüfte/r Fitnessfachwirt/in (IHK) – 89
- › Geprüfte/r Fachwirt/in für Prävention- und Gesundheitsförderung (IHK) – 90
- › Geprüfte/r Fachwirt/in im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK) – 91
- › Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK) – 92

COACHING

- › Kommunikation und Beratung – 93
- › Stress- und Burnout-Coach – 94
- › Sportmentaltrainer/in – 95



(ICG)
wird über unseren
Bildungspartner
Team ICG® angeboten



(TF)
wird über unseren
Bildungspartner
Transatlantic Fitness
angeboten



(R1)
wird über unseren
Bildungspartner
R1 Sportsclub
angeboten



(SF)
wird über unseren
Bildungspartner
Sweat Factory
angeboten

QUALIFIKATIONSSTUFEN

QUALIFIKATIONSSTUFE 1

FITNESS

- › Team ICG® Basic Level (ICG)
- › Homöopathie im Sport
- › Breitensport C-Lizenz

FUNCTIONAL TRAINING

- › Athletiktrainer/in in Kontaktsportarten „ATKO“ (SF)
- › Olympisches Gewichtheben (SF)
- › Athletiktraining im Mannschaftssport (SF)
- › Screening und Testverfahren im Mannschaftssport (SF)

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

FITNESS

- › Fitness C-Lizenz
- › Homöopathie im Sport
- › Breitensport C-Lizenz
- › Team ICG® Pro Level (ICG)

FUNCTIONAL TRAINING

- › TRX® FTC – Functional Training Course (TF)
- › TRX® GRTC – Group Rip Training Course (TF)
- › Trigger Point Performance MCT (TF)
- › BarbellEx – Langhanteltraining (SF)
- › Sportartspezifische Trainingsplanung (SF)

E

- › Ernährung C-Lizenz

M

- › Kommunikation und Beratung

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

FITNESS

- › Fitnesstrainer/in B-Lizenz
- › EMS-Trainer/in
- › Fachtrainer/in für Seilzug und Freihantel
- › Ernährungs- und Bewegungstrainer/in für Kinder
- › Diagnostik und Testverfahren im Gesundheitssport
- › Krankheitsbilder im Gesundheitssport
- › Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training
- › Fachtrainer/in für Laktat-Leistungsdiagnostik
- › Spiroergometrie im Gesundheitssport

FUNCTIONAL TRAINING

- › Crosstraining
- › TRX® GTC – Advanced Training Course (TF)
- › TRX® FORCE Trainer Course (TF)
- › TRX® RTC – Rip Training Course (TF)
- › Dynamax Coach Course (TF)
- › Fascial Movement Taping Level 1 Ausbildung (FMT1) (TF)
- › R1 Movement Professional Modul 1 (MP1) (R1)
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 1 „Planung und Steuerung“ (SF)

ERN.

- › Ernährungsberater/in B-Lizenz
- › Ernährungsberater/in für Sportler

MANAGEMENT

- › Fitnessstudiomanagement
- › Vertriebs- und Servicemanagement für Fitnessstudios
- › Marketingmanagement für Fitnessstudios
- › Qualitätsmanagement für Fitnessstudios
- › Wellness- und Spa-Management
- › Sportmentaltrainer/in



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

FITNESS

- › Personal Trainer/in B-Lizenz
- › Fachtrainer/in für Bodybuilding und Kraftsport
- › Fachtrainer/in für Senioren
- › Fachtrainer/in für Rückentr.
- › Fachtrainer/in für Sportrehabilitation
- › Konditionstrainer/in für Fußball
- › Gesundheitstrainer/in für Handball
- › Gesundheitstrainer/in für Schwimmen
- › Entspannungstrainer/in
- › Lauf- und Marathontrainer/in
- › Triathlon Trainer/in
- › Ausdauertrainer/in A-Lizenz
- › Fachtrainer/in für Ausdauersport

FUNCTIONAL TRAINING

- › Fitnesstrainer/in für funktionelles Training
- › TRX® STC – Suspension Training Course (TF)
- › TRX® SMSTC – Sports Medicine Suspension Training Course (TF)
- › R1 Movement Professional Modul 2 (MP2) (R1)
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 2 „Trainingspraxis“ (SF)

ERNÄHRUNG

- › Einkaufs- und Lebensmittelberater/in
- › Ernährungsberater/in für vegetarische Ernährung
- › Ernährungsberater/in für Schwangere
- › Ernährungsberater/in für Babys und Kleinkinder
- › Ernährungsberater/in für Senioren
- › Ernährungsberater/in für Nahrungsergänzungsmittel
- › Berater/in für Diabetes

M

- › Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM)
- › Stress- und Burnout-Coach

QUALIFIKATIONSSTUFE 5

FITNESS

- › Fitnesstrainer/in A-Lizenz
- › Personal Trainer/in A-Lizenz

FUNCTIONAL TRAINING

- › Fascial Movement Taping Level 2 Ausbildung (FMT2) (TF)
- › Fascial Movement Taping Kombibuchung (FMT1 und FMT2) (TF)
- › R1 Movement Professional Modul 3 (MP3) + Abschlussprüfung (R1)
- › R1 Movement Professional 1–3 (Kombibuchung) (R1)

ERNÄHR.

- › Ernährungsberater/in A-Lizenz
- › Ernährungsfachwirt/in
- › Fachberater/in für Ernährungsberatung
- › Ernährungsberater/in für Sportler A-Lizenz

M

- › Betriebliche/r Gesundheitsmanager/in (BBGM)

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

MANAGEMENT

- › Geprüfte/r Fitnessfachwirt/in (IHK)
- › Geprüfte/r Fachwirt/in für Prävention- und Gesundheitsförderung (IHK)
- › Geprüfte/r Fachwirt/in im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK)
- › Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK)

6

QUALITÄT



STAATLICH GEPRÜFT UND ZUGELASSEN

Unsere angebotenen Fernstudiengänge sind durch die ZFU (Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht) staatlich geprüft und zugelassen. Geprüft wurden unter anderem die inhaltliche Konzeption, die Lehrmaterialien auf das Erreichen des Lernziels, die verbraucherfreundliche Gestaltung der Verträge sowie die fachlichen Qualifikationen der Dozenten und Tutoren. Dies gewährt dir die Sicherheit, das angestrebte Bildungsziel zu erreichen.



INNOVATIVES E-LEARNING-KONZEPT

Die Academy of Sports ist aktives Mitglied im Forum DistanCE-Learning, dem Fachverband für Fernlernen und Lernmedien e.V. Das renommierte Forum DistanCE-Learning, Ansprechpartner für Politik, Forschung und Wirtschaft, garantiert innovative Lernkonzepte, die auf die Ansprüche lernender Erwachsener ausgerichtet sind.



QUALITÄTSMANAGEMENT – GEPRÜFT UND ZERTIFIZIERT!

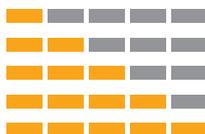
Die Academy of Sports ist als Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung gemäß Anerkennungs- und Zulassungsverordnung Weiterbildung (AZAV) nach SGB III zugelassen. Grundlage hierfür ist ein Qualitätsmanagementsystem, dem alle Arbeitsprozesse und -abläufe unterliegen.



Baden-Württemberg

UMSATZSTEUERBEFREIT VOM REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTTGART

Das Bildungsangebot der Academy of Sports erfüllt die Voraussetzungen der beruflichen Aus- und Weiterbildung des §4 Nr. 21 a) bb) UStG und wurde aus diesem Grund vom Regierungspräsidium Stuttgart von der Umsatzsteuer befreit.



GLOBALISIERUNG IN DER AUS- UND WEITERBILDUNG ERFORDERT VERGLEICHBARKEIT!

Vertrauen in eine Weiterbildung entsteht nicht nur durch Verständnis, Empfehlungen und Feedback, sondern wird im Wesentlichen von der **Qualität eines Lehrganges** geschaffen. Neben Instituten wie der ZFU, die inhaltliche und didaktische Richtigkeit unseres Bildungsangebotes durch Zertifikate und regelmäßige Begutachtung gewährleisten, haben auch wir einen hohen Qualitätsanspruch an uns selbst, weshalb wir all unsere Fernstudiengänge, Ausbildungen, Prüfungen und Workshops nach sorgfältiger Prüfung und gründlichem Abwägen in unsere institutseigenen Qualifikationsstufen eingeteilt haben. Diese Einteilung berücksichtigt viele Aspekte wie die Komplexität, die zu erwerbenden Kompetenzen sowie die Dauer und soll dir und späteren Arbeitgebern helfen, einen Überblick über die Anforderungen des Lehrganges zu gewinnen. Unsere Qualifikationsstufen haben wir in Anlehnung an den Europäischen Qualitätsrahmen (EQR), den Deutschen Qualifikationsrahmen (DQR) und an das Einstufungsmodell des Fachverbandes Forum DistanCE-Learning (Stand: März 2015) konzipiert.



TRAINERREGISTER UND DIN 33961 (DIN-NORM FÜR FITNESSSTUDIOS)

Viele Ausbildungen und Fernstudiengänge sind zusätzlich vom Deutschen Trainerregister akkreditiert und in Anlehnung an den Deutschen Qualifikationsrahmen (DQR) klassifiziert. Die Zuordnung von Bildungsangeboten zu einem DQR-Niveau ermöglicht Absolventen eine Anerkennung des Abschlusses nach DIN 33961. Die im Jahr 2013 verabschiedete DIN-Norm für Fitnessstudios setzt erstmalig fachliche Voraussetzungen an das Betreuungspersonal (Fitnesstrainer, Group Trainer etc.).



ABSCHLUSSDOKUMENTE

Damit du dich nach erfolgreichem Abschluss einer Weiterbildung entsprechend ausweisen oder bewerben kannst, erhältst du umgehend deine Teilnahmedokumente per Post zugesendet. Diese werden dir ergänzend in elektronischer Form über unseren Online Campus zum Download zur Verfügung gestellt. Dies erleichtert dir eine heutzutage übliche Online-Bewerbung.

LERNEN AN DER ACADEMY OF SPORTS

DIE KICK-OFF-VERANSTALTUNG
DEIN GELUNGENER START INS FERNSTUDIUM!



DEIN ERFOLGREICHER **ABSCHLUSS** QUALIFIZIERT DICH
FÜR DEINE INDIVIDUELLE BERUFLICHE WEITERENTWICKLUNG

KICK-OFF

Zu unseren Fernstudiengängen gehört das Live-Online-Seminar „Kick-off: Dein gelungener Start ins Fernstudium“, eine einstündige Veranstaltung, die dich optimal vorbereitet, denn nicht jeder ist gleichermaßen mit Live-Online-Seminaren, Ablaufplänen oder dem Umgang mit Lehrskripten vertraut. Du erfährst zum Beispiel, wie du dein Fernstudium vorteilhaft strukturieren kannst. Du lernst, wie du deinen Lernprozess entsprechend deiner Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wünschen und Zielsetzungen am besten planen und steuern kannst. Weiterhin möchten wir dir mögliche Berührungspunkte in Bezug auf die technische Komponente, wie beispielsweise Live-Online-Seminare, nehmen.

LEHRSKRIPTE

Unsere Lehrskripte stellen die Grundlage unserer staatlich geprüften und zugelassenen Fernstudiengänge dar. Als Fernstudent arbeitest du diese, sowohl in Papierform als auch grundsätzlich in Online-Version verfügbaren Wissensvermittler durch und eignest dir die hochwertigen, fachlichen Inhalte an. Diese sind anschaulich und didaktisch-methodisch durchdacht aufbereitet. Sie sind zudem von fachkundigen Gutachtern abgenommen und unterliegen einer permanenten Qualitätsüberprüfung.

Damit du effektiv und zielgerichtet lernen kannst, sind die Lehrskripte mit Aufgaben zur Selbstüberprüfung, QR-Codes für ergänzende Lehrvideos und Diskussionsaufforderungen im Online Campus versehen, sodass durch einen medialen Mix ein optimaler Lernerfolg erzielt werden kann.

WEB BASED TRAINING (WBT)

Erinnerst du dich an dein Arbeitsheft aus dem Englischunterricht, wo man Bilder beschriften, Wörterrätsel lösen und andere Aufgaben mit dem Lernstoff machen konnte? Dem ist Web Based Training recht ähnlich, nur, dass dieses online auf internetfähigen Endgeräten verfügbar ist und noch viel mehr Möglichkeiten zur Interaktion bietet. Du lernst mit allen Sinnen über Bilder, Grafiken, Audio- und Videoaufnahmen, löst kleine Quiz, ordnest Fachbegriffe den richtigen Abbildungen zu und kannst Gelerntes an Fallbeispielen ausprobieren.



Zeitgemäßes E-Learning setzt auf einen sinnvollen methodischen Mix aus Informationen, Lern- und Motivationseinheiten, um dir gezielt Wissen zu vermitteln. Diese Mischung didaktischer Tools unterstützt effizient deinen Lernprozess und beweist, wie vielseitig, spannend und innovativ die Fernlehre ist!

ONLINE CAMPUS

Der Online Campus ist unsere institutseigene Lernplattform und vereint Lernmanagementsystem mit Social Media Tool. Hier kannst du dich durch kooperatives Lernen und Arbeiten in deiner Lerngruppe umfassend mit den Lerninhalten deiner Aus- oder Weiterbildung auseinandersetzen. Diskussionen zu kontroversen Themen, Erfahrungsaustausch und Rückfragen prägen lebhaft die Pinnwand und ergänzende Lehrvideos und weiterführende Links erweitern die mediale Palette. Du erreichst außerdem deinen Tutor, kannst jederzeit und überall dein Lehrskript herunterladen und hast Einsicht in deinen persönlichen Ablaufplan. Und das Beste: einmal Academy, immer Academy! Du behältst auch nach deinem erfolgreichen Abschluss bei uns deinen Zugang zum Online Campus, sodass sich dir tolle Möglichkeiten zur Wissensauffrischung, zum Netzwerken und Uptodate-Bleiben bieten.

LIVE-ONLINE-SEMINARE

Unsere Live-Online-Seminare finden ortsungebunden über das Internet statt und werden mithilfe von Adobe Connect, einem Headset und einer Webcam umgesetzt. Im virtuellen Klassenraum kommen Lernende zusammen, die bereits im Voraus den inhaltlichen Lernstoff in ihrem Tempo durchgenommen haben und diesen nun unter der Anleitung ihres Dozenten interaktiv im sozialen Austausch vertiefen und festigen. So kann die gemeinsame Präsenzzeit optimal für Diskussionen, Gruppenarbeiten und zu klärende Fragen genutzt werden, da alle auf dem gleichen Wissensstand sind. Dadurch befasst du dich nicht nur mit dem Lernthema, sondern schulst zusätzlich deine Medienkompetenz - in Zeiten von Skype, Facetime und Telefonkonferenzen unverzichtbar!

PRÄSENZPHASEN VOR ORT

Let's get physical: in unseren Präsenzphasen vor Ort wird dir fachspezifisches Praxiswissen in passenden Themenblöcken vermittelt. Experten mit langjähriger Berufserfahrung teilen ihre wertvollen Kenntnisse mit euch und stehen für Fragen aller Art zur Verfügung. Präsenzphasen vor Ort finden ausschließlich an Wochenenden statt, sodass du keine Urlaubstage dafür aufwenden musst und dich bequem berufsbegleitend weiterbilden kannst. Gelernt, geübt und ausprobiert wird in unseren deutschlandweiten, modernen Ausbildungsstätten.

LEHRVIDEOS

Der Mensch als visuelles Wesen lernt am Effektivsten, wenn viele Sinne angesprochen werden: darum sind unsere Lehrvideos kurze Ergänzungen zum Lehrskript, in denen ausgewählte Themen von einem fachlichen Experten erklärt und präsentiert werden. Dargestellt werden zum Beispiel Bewegungs- und Handlungsabläufe, Prozesse oder komplexe Sachverhalte. Die sowohl theoretischen als auch praktisch orientierten Videos lassen sich direkt im Lehrskript, über Web Based Trainings oder in deinen Lerngruppen abrufen.

UMFANGREICHE BETREUUNG DURCH EXPERTEN

GEMEINSCHAFT wird bei uns großgeschrieben – das bedeutet, dass du Teil unserer Community wirst und wir dich beim Lernen niemals alleine lassen. Für fachliche Fragen, konstruktives Feedback und hilfreiche Hinweise steht dir dein Tutor zur Seite, den du problemlos über den Online Campus erreichen kannst.

In Präsenzphasen vor Ort und in Live-Online-Seminaren unterstützt ein qualifizierter Experte aus der Fitness- und Gesundheitsbranche deinen Lernprozess und veranschaulicht dir komplexe Sachverhalte konkret, sodass du das Gelernte sicher in deinem späteren Berufsalltag anwenden kannst.

Alle Anliegen rund um deine Weiterbildung zum Beispiel, wo du welche Formulare findest, wie du dich zu Live-Online-Seminaren anmeldest oder welche Vorteile dir die Fernlehre bietet, verraten dir unsere hilfsbereiten Studienbetreuer, die sich über deinen Anruf oder deine E-Mail freuen.

ONLINE CAMPUS

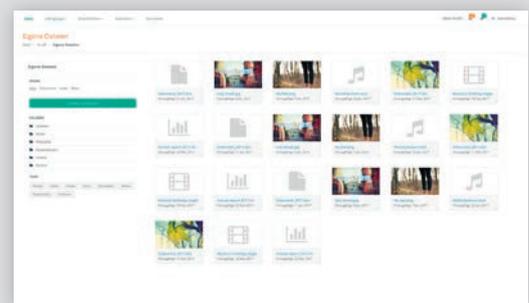
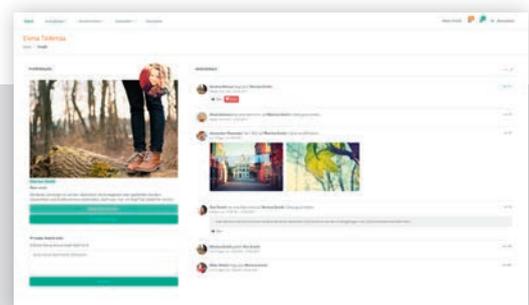
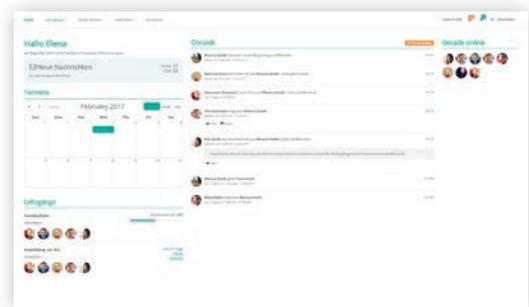
GESTALTE DEINE AUSBILDUNG AUF WUNSCH INTERAKTIV!

Was ist das Tolle am Studieren? Man trifft sich mit Kommilitonen, tauscht sich aus, diskutiert das Gelernte, verabredet sich zum Pauken, bildet Lerngruppen, knüpft neue Kontakte und so vieles mehr. Auch im Fernstudium musst du darauf nicht verzichten – im Gegenteil! Kein Download, kein Installieren – logge dich von überall aus über deinen Browser ein! Erfahre zuerst, was es bei der Academy und in der Fitness- und Gesundheitsbranche Neues gibt! Aktuelle Themen, Termine, Workshops und Live-Online-Seminare sowie Rabatt- und Sonderaktionen werden dir dank des Online Campus nie entgehen.

Erkunde den Online Campus und sei weitaus mehr als nur eine Verwaltungsnummer. Abgesehen von sozialen Interaktionen stehen dir vielfältige lernfördernde Erfolgshelfer zur Verfügung. Lass dir bei Organisatorischem unter die Arme greifen, indem dir dein Ablaufplan stets anzeigt, wo in deinem Fernstudium du dich genau befindest oder welche Termine anstehen wie Live-Online-Seminare und Präsenzphasen. Doch dein Online Campus kann noch mehr, um dich

beim interaktiven Lernen zu fördern: Rufe beispielsweise zusätzliche Informations- und Lehrmaterialien wie Präsentationen, Bilder und Videos ab, um deinen Lernerfolg durch tiefgreifendes Verständnis zu maximieren. Zudem erhältst du nützliche App-Empfehlungen, die dein Fernstudium optimieren.

Auch nach deinem erfolgreichen Abschluss bei der Academy of Sports behältst du deinen Zugang zum Online Campus als Teil unserer Community und kannst weiterhin von allen Features profitieren, netzwerken oder Rückfragen stellen.



FÖRDERMÖGLICHKEITEN



STEUERN SPAREN

WER Jeder!

INFO Sprich mit deinem Steuerberater oder mit dem Sachbearbeiter beim zuständigen Finanzamt über die Höhe der Steuerabzüge – es lohnt sich!



BILDUNGSGUTSCHEIN

WER Arbeitslose, Arbeitssuchende, Berufsrückkehrer und Beschäftigte, denen die Arbeitslosigkeit droht

INFO www.arbeitsagentur.de / Agentur für Arbeit vor Ort / Arbeitnehmer: 0800 4 5555 00



AUFSTIEGS-BAFÖG

WER Arbeitnehmer, Berufsrückkehrer und Selbstständige

INFO www.meister-bafoeg.info, Tel: 0800 622 36 34 / bei den kommunalen Ämtern



QUALISCHECK RHEINLAND-PFALZ

WER Arbeitnehmer, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen mehr als 20 000 € beträgt

INFO Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung in Mainz / www.qualischeck.rlp.de, Tel: 0800 588 84 32



BILDUNGSSCHECK NRW

WER Vor allem Beschäftigte kleiner und mittelständiger Unternehmen mit weniger als 250 Mitarbeitern

INFO www.weiterbildungsberatung.nrw/beratungsstellensuche.informationen/ / Tel: 0211 837 19 29



BILDUNGSSCHECK BRANDENBURG

WER Vor allem Beschäftigte kleiner und mittelständiger Unternehmen mit weniger als 250 Mitarbeitern

INFO **ERST** bei der ILB Brandenburg beraten lassen, **DANN** zur Weiterbildung anmelden. www.bildungsscheck.brandenburg.de, Tel: 0331 660 22 00



FÖRDERPROGRAMME

WER Einzelpersonen, Unternehmen, Existenzgründer und Verbände

INFO www.foerderdatenbank.de



BILDUNGSPRÄMIE

WER Einkommensabhängige Weiterbildung

INFO www.bildungspraemie.info, Tel: 0800 26 23-000 / Service- und Programmstelle Bildungsprämie beim Projektträger im DLR, Heinrich-Konen-Str. 1, 53227 Bonn

FÖRDERMÖGLICHKEITEN



FINANZIERUNG FÜR KURZARBEITER

WER Alle Beschäftigten in Kurzarbeit, wie z. B. Saisonkurzarbeiter oder im Baugewerbe
INFO Tel: 01801 66 44 666 (3,9 Cent/Minute) / Agentur für Arbeit vor Ort



BERUFSFÖRDERUNGSDIENST DER BUNDESWEHR

WER Alle Beschäftigten der Bundeswehr wie z. B. Soldaten oder Grundwehrdienstleistende
INFO www.bdf.bundeswehr.de / Beratung durch den Beförderungsdienst der Bundeswehr



SONDERPROGRAMME WEGEBAU

WER Gering qualifizierte Arbeitnehmer und Beschäftigte kleiner und mittlerer Unternehmen
INFO www.arbeitsagentur.de / Agentur für Arbeit vor Ort
Tel: 01801 66 44 666 (3,9 Cent/Minute)



WEITERBILDUNGSBONUS HAMBURG

WER Vor allem Beschäftigte kleiner und mittelständiger Unternehmen mit weniger als 250 Mitarbeitern
INFO www.weiterbildungsbonus.net
Firma Zwei P Plan/Personal, Haferweg 16, 22769 Hamburg, www.zwei-p.org



QUALIFIZIERUNGSSCHECK HESSEN

WER Beschäftigte, die keinen Berufsabschluss haben oder ihren erlernten Beruf seit mindestens vier Jahren nicht mehr ausüben
INFO Verein Weiterbildung Hessen, www.proabschluss.de



WEITERBILDUNGSSCHECK SACHSEN

WER Auszubildende und Berufsfachschüler ab 18 Jahren, geringfügig Beschäftigte, Berufsrückkehrer, Arbeitssuchende und Arbeitslose
INFO Sächsische Förderbank, Tel: 0351 491 049 30



WEITERBILDUNGSBONUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

WER Auszubildende, Arbeitnehmer, Inhaber von Kleinstbetrieben und Freiberufler
INFO Investitionsbank Schleswig-Holstein, Tel: 0431 99 05 22 22



WEITERBILDUNGSSCHECK THÜRINGEN

WER Arbeitnehmer, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen zwischen 20 000 und 40 000 € liegt
INFO Gesellschaft für Arbeits- und Wirtschaftsförderung, www.gfaw-thueringen.de



WEITERBILDUNGSSTIPENDIUM

WER Berufseinsteiger unter 25 Jahre, Arbeitnehmer, Arbeitslose und Selbstständige
INFO Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), www.bmbf.de
www.sbb-stipendien.de



AUFSTIEGSSTIPENDIUM

WER Beruflich talentierte Menschen
INFO SBB – Stiftung Begabtenförderung beruflicher Bildung,
www.aufstiegsstipendium.de, E-Mail: aufstieg@sbb-stipendien.de
 Tel: 0228 629 31-43



BILDUNGSKREDIT

WER Personen unter 36 Jahren, die im Rahmen einer beruflichen Weiterbildung
 Schüler oder Studierende sind
INFO Bundesverwaltungsamt Köln



ACADEMY OF SPORTS

WER Teilnehmer der Academy of Sports, Studenten, Schüler, Auszubildende, Geringverdiener, Erwerbslose und Rentner, FSJ- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Schwerbehinderte,
INFO – Schüler, Studenten, Auszubildende, Geringverdiener, Erwerbslose und Rentner, FSJ- und Bundesfreiwilligendienstleistende und Schwerbehinderte erhalten 5 % Rabatt auf Ausbildungen oder Fernstudiengänge.

HAST DU FRAGEN ZU DEN FÖRDERMÖGLICHKEITEN?

Unsere Studienbetreuung hilft dir gerne weiter:

0800 589 12 54 (gebührenfrei)
+49 7191 229 87-0 (aus dem Ausland)

Über unsere Website WWW.ACADEMYOFSPORTS.DE kannst du uns über das Kontaktformular auch eine Nachricht zukommen lassen. Gerne werden wir dir alle deine Fragen beantworten.



TEAM

FITNESS



JENS BABEL

Sport- und Gymnastiklehrer / Sporttherapeut /
Gesundheitsmanagement (B.Sc.)



THOMAS HILDEBRANDT-STROBL

Dipl. Sportwissenschaftler / Triathlon A-Trainer



MICHAEL HÜBNER

B. A. Sportwissenschaften und Public Health;
M. A. Sport- und Bewegungsgerontologie



MARK JESBERGER

M. A. Prävention und Gesundheitsmanagement /
Personal Trainer



MARTIN SUNDERBRINK

Dipl. Sportwissenschaftler / Personal Trainer /
FPZ-Rückenschmerztherapeut



GRIT RICHTER

Dipl. Sportwissenschaftlerin / Sportlehrerin /
Schwimmen A-Trainerin



MAI WALLNER

Dipl. Sportwissenschaftlerin / Mediatorin /
Rhetorik Trainerin

INHALTE FITNESS

FITNESSTRAINING

- › Fitness C-Lizenz – 20
- › Fitnesstrainer/in B-Lizenz – 21
- › Personal Trainer/in B-Lizenz – 22
- › Fitnesstrainer/in A-Lizenz – 23
- › Personal Trainer/in A-Lizenz – 24
- › EMS-Trainer/in – 25
- › Fachtrainer/in für Seilzug- und Freihanteltraining – 26

SPEZIFISCHES TRAINING

- › Ernährungs- und Bewegungstrainer/in für Kinder – 27
- › Fachtrainer/in für Bodybuilding und Kraftsport – 28
- › Fachtrainer/in für Senioren – 29

MEDIZINISCHES TRAINING

- › Homöopathie im Sport – 30
- › Diagnostik und Testverfahren im Gesundheitssport – 31
- › Fachtrainer/in für Rückentraining – 32
- › Fachtrainer/in für Sportrehabilitation – 33
- › Krankheitsbilder im Gesundheitssport – 34

BREITENSORT

- › Breitensport C-Lizenz – 35
- › Konditionstrainer/in für Fußball – 36
- › Gesundheitstrainer/in für Handball – 37
- › Gesundheitstrainer/in für Schwimmen – 38

BODY & MIND

- › Entspannungstrainer/in – 39

AUSDAUER

- › Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training – 40
- › Fachtrainer/in für Laktat-Leistungsdagnostik – 41
- › Spiroergometrie im Gesundheitssport – 42
- › Lauf- und Marathontrainer/in – 43
- › Triathlon Trainer/in – 44
- › Ausdauertrainer/in A-Lizenz – 45
- › Fachtrainer/in für Ausdauersport – 46
- › Team ICG® Basic Level (ICG) – 47
- › Team ICG® Pro Level (ICG) – 47



(ICG)
wird über unseren
Bildungspartner
Team ICG® angeboten

FITNESS C-LIZENZ

Der Grundstein für ein gesundes, erfülltes Leben ist das körperliche und geistige Wohlbefinden, das wir durch Fitness, die richtige Ernährung und mentale Stärke erreichen können. Immer mehr Menschen widmen ihre Freizeit der Gesundheit, um dieses Ziel zu erlangen und wünschen sich dafür eine umfassende, kompetente Betreuung im Fitnesscenter ihres Vertrauens.

Du träumst von einer Karriere als Fitnesstrainer? Schaffe dir eine erfolgversprechende Basis mit der Fitness C-Lizenz und mache deinen Wunsch wahr!

Um ein solch kompetenter und vertrauenswürdiger Ansprechpartner für Gesundheits-suchende und Fitnessbegeisterte zu werden, benötigst du besondere Qualifikationen, die du dir mit der Fitness C-Lizenz effektiv aneignen kannst. Sie bereitet dich kompakt und praktisch orientiert auf deinen Start in die Fitness- und Gesundheitsbranche vor und hilft dir, das Training deiner Kunden anzuleiten oder dein eigenes zu verbessern.

Inhalte

Lehrskript - Funktionelle Anatomie

Sportbiologische Grundlagen - Allgemeine Anatomie des Bewegungssystems - Spezielle Anatomie des Bewegungssystems - Angewandte Anatomie des Bewegungssystems

Lehrskript - Sportphysiologie

Nervensystem - Motorik - Herz-Kreislauf-System - Atmungssystem - Hormonsystem - Energiebereitstellung & Wärmehaushalt

Lehrskript - Trainings- und Bewegungslehre

Grundlagen der Trainingswissenschaft - Grundsätze des Trainings - Konditionelle Fähigkeiten - Koordinative Fähigkeiten - Grundlagen der Bewegungslehre

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiedauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 1)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7206310

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

FITNESSTRAINER/IN B-LIZENZ

ENTHÄLT:



Fitnesstrainer werden ist ein erstrebenswertes Ziel in einer schnell wachsenden Fitness- und Gesundheitsbranche mit stetig neuen Innovationen. In einem vielseitigen Sektor mit einem schier endlosen Angebot an Fitnessseinrichtungen und immer neuen Trendsportarten ist eine professionelle Fitnesstrainer-Ausbildung von enormer Bedeutung.

Starte mit dem Fernstudium „Fitnesstrainer B-Lizenz“ deine persönliche Trainerkarriere!

Mit dem staatlich geprüften und zugelassenen „Fitnesstrainer B-Lizenz“-Fernstudium der Academy of Sports ergeben sich für dich eine Reihe von Möglichkeiten, um in dieser Branche Fuß zu fassen. Wir bieten dir eine attraktive Kombination aus der Fitness C-Lizenz und der Fitnesstrainer B-Lizenz, sodass du ohne Vorwissen eine solide Grundausbildung als Fitnesstrainer erhältst und überdies die Option hast, aufbauende Lizenzen zu erwerben um dein professionelles Tätigkeitsfeld auszuweiten.

Inhalte

INHALTE ZUGANG 1

Lehrskript - Funktionelle Anatomie
Lehrskript - Sportphysiologie
Lehrskript - Trainings- und Bewegungslehre

AB HIER: RESTLICHEN INHALTE ZUGANG 1 UND DIE INHALTE VON ZUGANG 2

Lehrskript - Fitnesstraining
Lehrskript - Berufspraxis im Fitnesstraining
Übungskatalog „Fitness“

Voraussetzungen

- Gültiger „Erste-Hilfe-Schein“ (mind. 8 UE) – kann nachgereicht werden
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- **ZUGANG 1:** Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- **ZUGANG 2:** Inhaltliche Kenntnisse der Fitness C-Lizenz

ZUGANG 2: Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiodauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- **ZUGANG 1:** Im Rahmen dieses Fernstudiums erhältst du folgenden ergänzenden Abschluss:
Fitness C-Lizenz

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZUGANG 1 – INKL. FITNESS C-LIZENZ

ZULASSUNGSNR.	7206310, 7208210
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	6 Monate
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	2 Tage vor Ort 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

Fernstudium

ZUGANG 2 – OHNE FITNESS C-LIZENZ

ZULASSUNGSNR.	7208210
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	14 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	2 Tage vor Ort 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

PERSONAL TRAINER/IN B-LIZENZ

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7208511

ANERKENNUNG – von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
– vom Bundesverband Personal Training anerkannt

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 2 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

Individualtraining ist nicht nur der Wunsch beruflich stark belasteter Menschen, die durch lange und außergewöhnliche Arbeitszeiten, späte Konferenzen sowie Geschäftsreisen häufig an der Teilnahme fest terminierter Fitnesskurse gehindert werden. Es gibt unterschiedliche körperliche Anforderungen und Ziele wie Sand am Meer und dementsprechend groß ist mittlerweile die Nachfrage nach qualifiziertem Personal Training, das auf die ganz individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist.

Personal Trainer werden und mit der Personal Trainer B-Lizenz eine zukunftsfähige Karriere starten!

Als zertifizierter Personal Trainer betreust du deine Kunden nach einem individuell vereinbarten Zeitplan und widmest dich intensiv ihren Bedürfnissen. Die Academy of Sports geht auf den Trend zur individuellen Sport- und Fitnessbetreuung ein und bietet das spezielle Fernstudium „Personal Trainer B-Lizenz“ an, das dich auf deine Trainerkarriere als Personal Trainer mit Zertifikat hervorragend vorbereitet und dir erste Schritte in Richtung Selbstständigkeit ermöglicht.

Inhalte

Lehrskript – Grundlagen des Personal Trainings

Start Up - Anforderungsprofil - Der Kunde - Marketingplanung - Marketinginstrumente - Kundenakquise - Verkaufsgespräch - Betreuungskonzepte - Vertragsgestaltung mit dem Kunden - Personal Training in Unternehmen

Lehrskript – Berufspraxis im Personal Training

Personal Training in der Praxis - Equipment eines Personal Trainers - Trainingssteuerung im Personal Training - Koordination und Planung einer Personal Training Stunde - Controlling - Trainingsstätten & -möglichkeiten - Tagesablauf/-planung eines Personal Trainers

Voraussetzungen

- Trainingspraktische Qualifikation erforderlich
- Ausbildung im Bereich Ernährung empfohlen
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

FITNESSTRAINER/IN A-LIZENZ

ENTHÄLT:



Der Stellenwert von Gesundheit und Fitness im Bewusstsein vieler Menschen, aber auch von Unternehmensleitungen, Krankenversicherungen und anderen Institutionen, steigt in der modernen, stressbelasteten Welt stetig. Aufgrund dieser Entwicklung zählt die Fitness- und Gesundheitsbranche zu den internationalen Wachstumsbranchen.

Erklimme die Spitze deiner Trainerkarriereleiter und werde Fitnesstrainer mit A-Lizenz!

Mit dem Erwerb der Fitnesstrainer A-Lizenz schaffst du es, vom Aufschwung dieser Entwicklung zu profitieren. Nach dem erfolgreichen Fernstudium, das sowohl von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) zugelassen und dem Deutschen Behindertensportverband (DBS) anerkannt ist, eröffnet sich dir ein vielseitiges Tätigkeitsspektrum in Fitnessstudios, Sporthotels, Kur- und Reha-Einrichtungen und anderen Institutionen. Als professioneller Fitnesstrainer unterstützt du Menschen bei der Steigerung ihrer Fitness und Gesundheit.

Inhalte

Lehrskript - Funktionelle Anatomie
 Lehrskript - Sportphysiologie
 Lehrskript - Trainings- und Bewegungslehre
 Lehrskript - Fitnesstraining
 Lehrskript - Berufspraxis im Fitnesstraining
 Web Based Training (WBT) - Übungskatalog „Fitness“
 Lehrskript - Grundlagen der Sportrehabilitation
 Lehrskript - Anwendung der Sportrehabilitation
 Lehrskript - Rückentraining
 Lehrskript - Grundlagen der Ernährung
 Lehrskript - Grundlagen der Nährstoffe
 Lehrskript - Sporternährung
 Lehrskript - Ausdauertraining
 Lehrskript - Cardiotraining

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Gültiger „Erste-Hilfe-Schein“ (mind. 8 UE) – kann nachgereicht werden
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Im Rahmen dieses Fernstudiums erhältst du folgende Abschlüsse:
 Fitnesstrainer/in B-Lizenz; Fachtrainer/in für Rückentraining; Fachtrainer/in für Sportrehabilitation; Ernährungsberater/in für Sportler; Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 4)

Fernstudium

ZULASSUNGSR. 7208311

ANERKENNUNG – von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
 – vom Deutschen Behindertensportverband anerkannt

DAUER 18 Monate

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 2 Tage vor Ort
 7 Live-Online-Seminare à 3 Stunden
 2 Abschlussprüfungen vor Ort à ½ Tag

PERSONAL TRAINER/IN A-LIZENZ



Führe deine Kunden als hochqualifizierter, selbstständiger Personal Trainer mit A-Lizenz zu persönlichen Bestleistungen, durchschlagenden Trainingserfolgen und mehr Lebensqualität! Setze im Training und im Beruf auf Individualität und positioniere dich mit einem Personal Trainer-Abschluss der Academy of Sports auf dem Fitnessmarkt – bestimme deinen Weg selbst. Nur eine Prüfung trennt dich von deinem Karriere Traum!

Setze dir Stück für Stück deine ganzheitliche Ausbildung zum Personal Trainer mit A-Lizenz zusammen und positioniere dich mit deinem individuell gestalteten Personal Trainer-Abschluss gewinnbringend und erfolgreich am Markt!

Möchtest du deinen Fokus beispielsweise auf Deutschlands beliebtesten Breitensport, den Fußball, legen, wähle im Wahlpflichtmodul Konditionstraining für Fußball. Schlägt dein Herz fürs Laufen? Wie wäre dann eine Spezialisierung als Fachtrainer für Ausdauersport in Kombination mit dem Triathlon-Trainer und dem Lauf- und Marathontrainer? Du kannst dir mit dem Fachtrainer für Bodybuilding und Kraftsport auch eine ganz andere Zielgruppe setzen oder du fokussierst dich verstärkt aufs Coaching mit dem Einkaufs- und Lebensmittelberater und dem Zusatzmodul Kommunikation und Beratung ... stelle dir deinen Personal Trainer-Abschluss so zusammen, dass er dir zu 100% passt!

Voraussetzungen

PFLICHTMODUL	WAHLPFLICHTMODULE NACH QUALIFIKATIONSSTUFEN
Personal Trainer/in B-Lizenz	1x Qualifikationsstufe 2 – Bereich Coaching
Fitnesstrainer/in A-Lizenz	2x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Fitness
	1x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Functional Training
	1x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Ernährung

Um eine solide Basis zu schaffen, sind die Personal Trainer B-Lizenz und Fitnesstrainer A-Lizenz die Grundvoraussetzungen, die auf jeden Fall absolviert werden müssen. Im Wahlbereich hast du die Möglichkeit, deine Schwerpunkte und Spezialisierungen selbst zu bestimmen und deiner Ausbildung zum Personal Trainer einen ganz individuellen, auf dich zugeschnittenen, Schliff zu verpassen. Die aktuelle Marktentwicklung in der Fitness- und Gesundheitsbranche zeigt, dass eine klare Positionierung und Zielgruppenausrichtung von immenssem Vorteil ist.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistung wird von dir online erbracht.
- Selbstverständlich erkennen wir unseren Anforderungen entsprechende Vorkenntnisse und absolvierte Abschlüsse von dir gerne an – melde dich bei uns, um zu erfahren, welche deiner Vorleistungen angerechnet werden können.
- Nähere Informationen zur Matrix der Module findest du unter www.academyofsports.de
- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Prüfung

ANERKENNUNG	vom Bundesverband Personal Training anerkannt
NACHWEIS	Zertifikat

BILDUNGSVARIANTEN

Auf unserer Website findest du nach Tätigkeitsziel vorkonfigurierte Varianten. Buchst du diese als Paket, sparst du bist zu **25%**.

EMS-TRAINER/IN

Auf modernen Pfaden zu fantastischen Trainingserfolgen – dieses Konzept sorgt in der Fitnessbranche für Begeisterung: Das auf Elektromyostimulation basierende Krafttraining fokussiert die quergestreifte Skelettmuskulatur und intensiviert durch kontrollierte Kontraktion das Workout. Die 20minütige Trainingseinheit führt schnell und effektiv zu mess- und sichtbaren Ergebnissen und einer schlanken und definierten Silhouette.

Akzentuiere deine Trainerkarriere mit einem modernen, zukunftsfähigen Konzept, das dich und deine Kunden weiterbringt!

Die Ausbildung zum EMS-Trainer befähigt dich, deinen Kunden ein sinnvolles und zielführendes Fitnesstraining durch elektrische Impulse zu bieten. Du überwachst das Einzeltraining, unterstützt deine Schützlinge und begleitest sie ganzheitlich zu ihrem Trainingsziel.

Inhalte

Kennenlernen der Grundlagen

Philosophie - Der geschichtliche Hintergrund - EMS-Vorteile - EMS-spezifische Trainingslehre - 3 Phasen Modell - Spotting Techniken - Übungsauswahl (Basics) - Trainingskodex - Probetraining

Von der Theorie in die Praxis

Ziele und Wünsche richtig deuten können - Trainingsplanung - Korrekte Vorgehensweise in Hinblick auf Handhabung und Parameter - Praktische Lehrprobe

Wirksame Serviceleistung umsetzen

Vermarktung - Kontaktaufnahme zu potentiellen Kunden - Bedarfsanalyse - Bedarfsfestigung - Angebot wirksam präsentieren

Voraussetzungen

— Inhaltliche Kenntnisse der Fitness C-Lizenz

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	3 Tage
NACHWEIS	Zertifikat



HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

FACHTRAINER/IN FÜR SEILZUG- UND FREIHANTEL- TRAINING

Speziell im präventiv-medizinischen, therapeutischen und rehabilitativen Training tragen neben geführten Trainingsgeräten vielfach auch Seilzüge und Freihanteln zu einem optimalen Trainingserfolg bei. Freihanteln und Seilzüge ermöglichen dreidimensionale Bewegungsmuster, so werden neben Kraft und Ausdauer auch Koordination sowie Gelenk- und segmentale Wirbelsäulenstabilisation gefördert. Alltagssituationen, die bisher beschwerlich für Patienten sind, werden durch das Seilzug- und Freihanteltraining optimal simuliert und erleichtert.

Leg los und hole die Fitnessgeräte Seilzug und Freihantel in dein Team!

Die Kombination von Seilzug- und Freihanteltraining in einer Ausbildung erweitert deine Kompetenz im Fitness- und Sporttherapiebereich deutlich. Du optimierst mit den neu erlernten effektiven Trainingsmethoden die Erfolge deiner Kunden und Patienten und eröffnest dir gleichzeitig neue berufliche Perspektiven. Die Ausbildung im Freihantel- und Seilzugtraining richtet sich an Fitnesstrainer, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten und Sporttherapeuten, die ihre beruflichen Qualifikationen auf diesem Gebiet erweitern möchten.

Inhalte

Lehrskript - Seilzug- und Freihanteltraining

Einführung in das Training mit Seilzug und Freihantel - Abgrenzung von Medizin und Sportmedizin - Medizinische Trainingstherapie als Therapieform - Einführung in die Biomechanik - Trainingsmethoden - Seilzugtraining - Freihanteltraining

Voraussetzungen

— Trainingspraktische Qualifikation erforderlich

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung

! HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

ERNÄHRUNGS- UND BEWEGUNGSTRAINER/IN FÜR KINDER



Die moderne Zeit mit Fastfood, Computerspielen und Fernsehen bringt für Kinder eine veränderte Lebenssituation mit sich. An die Stelle von Bewegung an der frischen Luft treten multimediale Beschäftigungen und frisches Obst und Gemüse werden durch Knabber- und Naschereien ersetzt. Im Kindergarten und in der Schule gewinnt theoretische Leistung zunehmend an Bedeutung. Ein ausgewogenes Bewegungs- und Ernährungsprogramm hingegen gerät immer mehr in den Hintergrund. Bewegungsmangel und Fehlernährung führen infolge zu Übergewicht mit den bekannten negativen Begleiterscheinungen.

Trage mit einer Kindertrainer-Ausbildung in Fernstudienform zur Gesundheitsförderung bei Kindern bei und ebne ihnen den Weg in eine gesunde Zukunft!

Durch die Zusatzqualifikation als Ernährungs- und Bewegungstrainer/in für Kinder bist du in Beratungsstellen und Kindereinrichtungen tätig und berätst Eltern über eine gesunde Kinderernährung sowie ein ausgewogenes Bewegungsprogramm für ihre Kinder.

Inhalte

Lehrskript – Kindliche Entwicklung, Bedürfnisse und Gesundheit

Die Erziehung und die Bedürfnisse von Kindern - Veränderte Kindheit - Die körperliche und motorische Entwicklung des Kindes - Die Entwicklung der verschiedenen Persönlichkeitsbereiche - Bedeutungsaspekt der Bewegung - Der Bedeutungsaspekt der Ernährung - Wege zu einem gesunden Ernährungsverhalten - Zu dick, zu dünn oder gerade richtig? - Ernährungsbedingte Krankheiten

Lehrskript – Gesundheitstraining für Kinder

Praktische Umsetzung von Ernährungsempfehlungen - Ernährungs- / Gesundheitsberatung mit Eltern und Kindern - Bewegungsprogramme für Kinder - Gesundheitliche Erziehung als Herausforderung für Eltern, Kindergärten und Schulen - Vermarktung der Gesundheitsberatung/des Angebots

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitness C-Lizenz und Ernährung C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7255413
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar á 2 Stunden 2 Live-Online-Seminare á 3 Stunden

FACHTRAINER/IN FÜR BODY-BUILDING UND KRAFTSPORT

ENTHÄLT:



Bodybuilder, Kraft- und Fitnesssportler legen besonderen Wert auf einen wohlgeformten Körper mit ausgeprägter Muskulatur. Um die erwünschten Ziele zu erreichen, ist ein optimal auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmtes Training ebenso erforderlich, wie eine ausgewogene Ernährung.

Hebe deine Karriere auf die nächste Stufe als zertifizierter Fachtrainer für Bodybuilding und Kraftsport!

Als Fachtrainer für Bodybuilding und Kraftsport stehst du Fitnesssportlern in Fitness-einrichtungen beratend zur Seite, um mit den Mitteln der Körperfettreduktion, Muskeldefinition und dem Muskelaufbau ein erfolgreiches Training zu gewährleisten. Die „Fachtrainer für Bodybuilding und Kraftsport“-Ausbildung in Fernstudienform ist eine interessante Ergänzung der Qualifikationen von Fitnesstrainern und Beratern, die eine optimale Betreuung für leistungsorientierte Freizeit- und Wettkampfsportler im Bodybuilding und Krafttraining anbieten möchten.

Inhalte

Lehrskript - Bodybuilding und Kraftsport

Einflussfaktoren auf die Leistungsfähigkeit im Sport - Mentale Faktoren - Trainingsumfeld und Geräteausstattung - Trainingsziele - Formen der Trainingsorganisation - Das Leistungstraining im Bodybuilding und Kraftsport - Trainingssysteme und Philosophien - Langfristige Trainingsplanung - Das Ausdauertraining im Bodybuilding und Kraftsport - Sportverletzungen und Regeneration - Übertraining - Überlastungsschäden im Kraftsport - Der mentale Faktor im Leistungssport - Technik des Visualisierens - Motivation - Ernährung im Bodybuilding und Kraftsport - Basisernährung - Wettkampfvorbereitung/-diät - Nahrungsergänzungen - Hormone und Doping

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7248612

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

FACHTRAINER/IN FÜR SENIOREN

Dank medizinischen Fortschritts und gesunden Lebensumständen steigt die Lebenserwartung der Menschen zunehmend. Damit verbunden ist ein stärkeres Bedürfnis nach Fitness und gesunder Ernährung bis ins hohe Alter. Ein regelmäßiges Sportprogramm hält Senioren nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit. Damit wächst auch der Bedarf nach einem qualifizierten Angebot für Seniorensport.

Biete Seniorenfitness an, um mit einem zeitgemäßen Angebot topaktuell zu sein!

Als Fachtrainer für Senioren bietest du ein auf die Bedürfnisse der Generation 50+ abgestimmtes Fitnesstraining sowie Ernährungstipps an und hilfst Menschen, agil und gesund im Alter zu leben.

Inhalte

Lehrskript - Seniorentaining

Der Alterungsprozess - Kalendarisches Alter vs. Biologisches Alter - Physische und psychische Veränderungen des Alterns - Altersspezifische Krankheiten und Zivilisationskrankheiten - Bewegung, Aktivität und Sport als Schutz - Herz-Kreislauf-Erkrankungen - Erkrankungen des Bewegungsapparates - Pädagogik und Psychologie im Seniorentaining - Methodik/Didaktik - Belastbarkeit - Leistungsfähigkeit - Trainierbarkeit - Trainingssteuerung und -planung im Seniorentaining - Altersgerechte Trainingsplanung - Bewegung, Sport und Training im Alter - Vermarktung von Angeboten für Senioren - Zielgruppenorientiertes Marketing - Ansprüche und Erwartungen der Zielgruppe - Bedürfnisse der Senioren - Konzepte des Seniorentainings in Fitness- und Gesundheitsanlagen - Einzelbetreuungskonzepte - Kurskonzepte

Voraussetzungen

- Trainingspraktische Qualifikation erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7258813

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 10 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

HOMÖOPATHIE IM SPORT

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Fernstudium

REGISTR.-NR.	II/375
ANERKENNUNG	bei der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht registriert
DAUER	8 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	Keine

Die Homöopathie erfreut sich in den letzten Jahren wachsender Beliebtheit als schonende Alternative zur Schulmedizin. Vor allem, wenn konventionelle Therapieformen erfolglos bleiben oder ausschließlich auf starke, unter Umständen verzichtbare Medikamente beschränkt sind, bietet die allgemein anerkannte Naturheilkunde interessante Behandlungsformen. Die Homöopathie blickt auf 200-jährige Erfahrungen in Naturheilverfahren zurück.

Mit dem Lehrgang Homöopathie im Sport den Horizont erweitern und einen entscheidenden Schritt Richtung Gesundheit gehen!

Als Teilnehmer am Fernstudium „Homöopathie im Sport“ lernst du die Grundlagen der Naturheilkunde, um sich bei Sportverletzungen, Sportfolgeschäden und leichten Erkrankungen selbst helfen zu können. Der Homöopathie-Lehrgang vermittelt dir Kenntnisse, die eine interessante Alternative zu den herkömmlichen Therapie- und Behandlungsmöglichkeiten sind.

Inhalte

Lehrskript - Homöopathie im Sport

Grundlagen der Homöopathie - Prinzipien der Homöopathie - Einzelmittel und Komplexmittel - Erkrankungen des Bewegungsapparates - Sehnenscheidenentzündung - Schleimbeutelentzündung - Sehnenentzündung - Tennisellenbogen/Tennisarm - Überanstrengung - Gelenkschmerzen - Entzündliche Gelenkerkrankungen - Rückenschmerzen - Nackenschmerzen - Bindegewebsschwäche- Verletzungen - Schürfwunden - Blutende Verletzungen - Eiternde Verletzungen - Schlecht heilende Wunden - Wundlaufen - Prellungen - Verstauchungen - Verrenkungen - Knochenbrüche (Frakturen) - Blutergüsse - Bänderriss - Muskelzerrung und Muskelfaserriss - Muskelkater - Operationen - Andere Erkrankungen des Sportlers - Atemwegserkrankungen - Herz-Kreislauf-Erkrankungen - Übelkeit, Erbrechen und Durchfall - Immunschwäche - Übermäßiges Schwitzen - Heuschnupfen - Fieber - Nervensystem und Psyche - Erschöpfung und Schwächezustände - Stress - Angst, Nervosität und Lampenfieber - Konzentrationsschwäche - Depressive Verstimmungen - Homöopathische 1. Hilfe (In- und Outdoor) - Verletzungen - Kreislaufschwäche und Kollaps - Insektenstiche - Sonnenbrand - Sonnenallergie - Sonnenstich und Hitzschlag - Akute Schmerzen - Erbrechen - Durchfall - Gehirnerschütterung - Bisswunden - Die wichtigsten homöopathischen Arzneimittel für Sportler

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

DIAGNOSTIK UND TESTVERFAHREN IM GESUNDHEITSSPORT

Leistungsorientierte Sportarten im Freizeitsport sowie der professionelle Wettkampfsport erfordern zur Leistungsoptimierung moderne Trainings- und Diagnoseverfahren. Training der allgemeinen Fitness und das sportartspezifische Training alleine sind oft nicht ausreichend für die hohen Ansprüche im Leistungssport. Um Trainingsmethoden und Trainingsplanung auf die individuellen Bedürfnisse von leistungsorientierten Profi- und Freizeitsportlern abstimmen zu können, sind moderne diagnostische Verfahren erforderlich.

Integriere professionelle Fitnessstests in deinen Traineralltag und verbessere damit deine Arbeitsqualität!

Mit der Zusatzqualifikation für medizinische Fitness Check-Ups schaffst du die notwendige Voraussetzung für die Gewährleistung eines risikofreien Trainings und schützt selbst bei hohen Trainingsbelastungen die Gesundheit deiner Kunden. Als Fitnesstrainer, Betreuer von Athleten oder Physiotherapeut im Fitnessstudio, Sportverein oder einer anderen Finesseinrichtung sowie als Personal Trainer zur individuellen Betreuung von Leistungssportlern begleitest du deine Trainertätigkeit durch diagnostische Untersuchungs- und Testverfahren. Die diagnostische Ausbildung richtet sich an Interessenten moderner diagnostischer Verfahren mit den Schwerpunkten Beweglichkeit und Stabilität zur Trainingsoptimierung. Auch für Mediziner ist diese Zusatzausbildung spannend.

Inhalte

Lehrskript - Diagnostik und Testverfahren im Gesundheitssport

Sportärztliche Vorsorgeuntersuchung - Anamnese - Haltungsinspektion - Diagnostik der Flexibilität - Diagnostik der Kraftfähigkeit - Diagnostik der Ausdauerleistungsfähigkeit - Diagnostik der koordinativen Fähigkeit Gleichgewicht - Diagnostik der Herzfrequenzvariabilität

Voraussetzungen

— Trainingspraktische Qualifikation erforderlich

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung



HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

FACHTRAINER/IN FÜR RÜCKENTRAINING

ENTHÄLT:



Fehlhaltungen sind weit verbreitet und resultieren nicht nur aus beruflicher Belastung. Sowohl einseitige Bewegungsabläufe im Beruf wie auch eine sitzende Tätigkeit schaden Wirbelsäule und Rückenmuskulatur. Psychische Belastungen und Stress sind zusätzliche Ursachen für Rückenbeschwerden. Gezieltes Stabilisationstraining einhergehend mit Mobilisationsübungen für die Rumpfmuskulatur sorgen für eine deutliche Verbesserung von Körperhaltung, Beweglichkeit und Kraft. Rückenschmerzen können durch effektives Training erheblich gebessert werden!

Werde Experte, um mit vielseitigen Übungen im Rückentraining den Rücken richtig zu trainieren, die Wirbelsäule zu entlasten und Haltungsschäden entgegenzuwirken!

Als Fachtrainer für Rückentraining bietest du deinen privaten Kunden, Mitgliedern von Fitnessstudios oder in Unternehmen ein spezielles Rückentraining als Erweiterungsangebot an, das darauf ausgerichtet ist, Rücken und Rumpf zu mobilisieren, die Wirbelsäule zu entlasten und die Muskulatur zu kräftigen.

Inhalte

Lehrskript - Rückentraining

Anatomie der Wirbelsäule - Entwicklung und Bedeutung der Wirbelsäule - Aufbau der Wirbelsäule - Muskulatur der Wirbelsäule - Die Wirbelsäule und das Becken - Funktion der Wirbelsäule - Bewegung der Wirbelsäule - Stabilisation der Wirbelsäule - Belastungsaufnahme der Wirbelsäule - Epidemiologie der Rückenproblematik - Ursachen und Risikofaktoren von Rückenbeschwerden - Ausgewählte Krankheitsbilder der Wirbelsäule - Das Rückentraining - Trainingswissenschaftliche Grundlagen und Handlungsregeln - Grundlegender Aufbau - Anamnese, Haltungsinnspektion und Tests - Vorbereitung - Hauptteil - Nachbereitung und Beweglichkeitstraining - Rückenfreundliches Verhalten im Alltag - Regeneration, Ernährung und gesunde Lebensführung - Entwicklung und Trend im Rückentraining

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiodauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Fachtrainer für Sportrehabilitation absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7229811

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 14 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 2 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

FACHTRAINER/IN FÜR SPORTREHABILITATION



Im Rahmen deiner Tätigkeit als Fitness- oder Personal Trainer unterstützt du Freizeit- und Leistungssportler mit einer umfassenden Betreuung im Training und im Wettkampf. Immer häufiger leiden deine Kunden unter Sportverletzungen oder Sportschäden und wünschen sich ein spezielles Trainingsangebot unter Berücksichtigung und zur Linderung ihrer Beschwerden. Gleichzeitig ist häufig eine Anpassung der Trainingsplanung an die gesundheitlichen Einschränkungen erforderlich.

Beflüge deine Trainerkarriere mit dem staatlich geprüften und zugelassenen Fernstudium „Fachtrainer für Sportrehabilitation“ – los geht's!

Im Fernstudium „Fachtrainer für Sportrehabilitation“ erwirbst du die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, um deinen Schützlingen ein individuelles Reha-Training anzubieten.

Inhalte

Lehrskript - Grundlagen der Sportrehabilitation

Einführung in die Sportrehabilitation - Definition von Rehabilitation und rehabilitativem Training - Die Struktur der sportlichen Leistung in der Rehabilitation - Grundsätze und Prinzipien in der Sportrehabilitation - Gefahrenquellen im Training - Sofortmaßnahmen nach Verletzungen im Training - Gesetzmäßigkeiten des Rehabilitationstrainings - Grundlagen der Wundheilung - Einflussfaktoren der Wundheilung - Phasenmodelle der Rehabilitation im Training

Lehrskript - Anwendung der Sportrehabilitation

Planung von Rehabilitationstraining - Anamnese - Zielsetzung und Planung - Steuerung von Rehabilitationstraining - Nachbehandlung typischer Sportverletzungen und Sportschäden - Definition von Sportverletzungen und Sportschäden - Typische Sportverletzungen und Sportschäden - Nachbehandlung von Sportverletzungen und Sportschäden

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Fachtrainer für Rückentraining absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7226711

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 14 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 2 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

KRANKHEITSBILDER IM GESUNDHEITSSPORT

Der Sport erhält in der Therapie von Erkrankungen des Bewegungsapparats eine immer größere Bedeutung. Behandlungszeiten und Genesungszeiten nach Operationen an Gelenken und der Wirbelsäule werden zunehmend kürzer. Krankenhausaufenthalte nach Operationen werden auf ein Minimum reduziert und viele Eingriffe erfolgen bereits ambulant. Nach neuen Erkenntnissen der Medizin ist Gesundheitssport ein wichtiger Faktor im Heilungs- und Regenerationsprozess. Aus diesem Grund bieten Fitnessstudios und Sportzentren sowie Kur- und Rehakliniken vermehrt speziellen Gesundheitssport an, der den Belangen von Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen sowie rheumatischen Erkrankungen gerecht wird.

Spezialisierung bedeutet Erfolgsoptimierung, also füge deinem Kompetenzpaket die Gesundheitssport-Ausbildung hinzu!

Als Trainer mit der Spezialisierung auf medizinisches Fitnessstraining bist du in Fitnessstudios, Reha- und Kurkliniken sowie Sporthotels und Gesundheitszentren tätig und bietest ein fachkundiges Programm für Krankheiten im Gesundheitstraining an. Die Ausbildung für medizinisches Training ist eine ideale Erweiterung deiner Qualifikation, wenn du bereits über eine Trainerausbildung oder ein Sportstudium verfügst.

Inhalte

Lehrskript - Krankheitsbilder im Gesundheitssport

Medizinische Grundlagen - Medizin - Therapie - Training - Geschichte der Orthopädie - Aufgaben und Ziele - Fachbegriffe der Medizin - Sporttherapeutische Behandlungsschemen - Nachbehandlungsschema der Trainingstherapie - Erstversorgung bei Verletzungen - Krankheitsbilder der Wirbelsäule - Bandscheibenvorfall und Vorwölbung - Skoliose - Kardiovaskuläre, pulmonale und systematische Erkrankungen - Hypertonie - Übergewicht und Adipositas - Koronare Herzkrankheiten (KHK) - Obstruktive Atemwegserkrankungen (Asthma bronchiale) - Osteoporose

Voraussetzungen

— Trainingspraktische Qualifikation erforderlich

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung

! HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

BREITENSPORT C-LIZENZ



In Sportvereinen kommen Jung und Alt im Zeichen des Sportes zusammen – der Breitensport erfreut sich allergrößter Beliebtheit, schafft Zusammenhalt und zelebriert die Freude an Fußball, Handball, Schwimmen & Co. Dafür schaffen ehrenamtliches Engagement und Spenden die Grundlage. Das Herzstück dieser Gemeinschaft bilden die Mannschaften, die sich regelmäßig zum Training treffen und in Wettkämpfen mit anderen messen.

Starte mit der Breitensport C-Lizenz in eine erfolgreiche sportliche Zukunft im Breitensport!

Das Fernstudium „Breitensport C-Lizenz“ ermöglicht dir den Erwerb der Trainerlizenz online und befähigt dich, Sportmannschaften und einzelne Spieler optimal zu fördern, ihre Stärken und Schwächen zu erkennen und ihnen zu ihrer Bestleistung zu verhelfen. Die staatlich geprüfte und zugelassene Weiterbildung macht aus dir einen Rundumexperten für Freizeitsport.

Inhalte

Lehrskript - Anatomische, physiologische und biomechanische Grundlagen

Sportbiologische Grundlagen - Aktiver und passiver Bewegungsapparat - Herzkreislauf- und Atmungssystem - Muskulatur - Sportverletzungen - Biomechanik

Lehrskript - Training im Breitensport

Sportliches Training - Konditionelle Fähigkeiten - Trainingsprinzipien - Entwicklungsphasen des Menschen und Training - Trainingsplanung

Lehrskript - Ernährung im Breitensport

Grundlagen der Ernährung - Sporternährung - Grundlagen der Leistungskost - Trainingsphase - Vorwettkampfphase - Wettkampfphase - Im Wettkampf - Die regenerative Ernährung - Nahrungsergänzungsmittel und ihre Verwendung im Sport - Flüssigkeitsaufnahme im Sport

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7256313
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	6 Monate
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	Keine

KONDITIONSTRAINER/IN FÜR FUSSBALL

ENTHÄLT:



Keine andere Mannschaftssportart ist in Deutschland so verbreitet und beliebt wie Fußball. Mehr als 6,5 Millionen Mitglieder sind in über 27.000 Fußballvereinen aktiv. Kleine wie große Kicker benötigen ein modernes Training, das die Aspekte des Gesundheitsschutzes besonders berücksichtigt. Aus diesem Grund legen Sportvereine vermehrt Wert auf den Einsatz ausgebildeter Fußballtrainer.

Durchstarten und Fußballtrainer werden – der Anpfiff für deine Trainerkarriere!

Die staatlich geprüfte und zugelassene Ausbildung zum Fußballtrainer mit Schwerpunkt auf Konditionstraining in Fernstudienform zeichnet sich durch besondere Gewichtung auf Verletzungsprävention und Beachtung gesundheitlicher Belange aus. Dieses Fernstudium richtet sich an aktive Trainer in Fußballvereinen, die ihre Spieler mit einem verantwortungsbewussten, ganzheitlichen Training auf der Basis moderner sportwissenschaftlicher Erkenntnisse erfolgreich betreuen möchten.

Inhalte

Lehrskript - Konditionstraining im Fußball

Das Anforderungsprofil im Fußball - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten im Fußball - Trainingssteuerung und -planung im Fußball - Leistungsdiagnostik für Fußballspieler - Regeneration im Fußball - Umgang mit Verletzungen im Fußball - Motivation und Kommunikation im Fußball

Web Based Training (WBT) - Konditionstraining im Fußball

Stabilisationsübungen / Kräftigung - Dehnübungen - Sprungkraft - Schnelligkeit

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Breitensport C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Gesundheitstrainer für Handball oder Gesundheitstrainer für Schwimmen absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7246312
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

GESUNDHEITSTRAINER/IN FÜR HANDBALL



Handball ist ein schneller und dynamischer Mannschaftssport und hat neben dem Fußball in Deutschland einen hohen Stellenwert. Als stark körperbetonte Hallensportart, die auf relativ engem Raum ausgetragen wird, ist Handball mit einem sehr hohen Verletzungsrisiko verbunden. Um dieses zu minimieren und die erwünschten sportlichen Erfolge zu erreichen, erfordert Handball ein intensives ganzheitliches Training, das sich aus Elementen des Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstrainings zusammensetzt.

Lerne, gesundheitsorientierte Handballtrainingsübungen durchzuführen und lasse die Konkurrenz alt aussehen!

Als Gesundheitstrainer für Handball verfügst du über umfassende Kenntnisse auf diesen Gebieten und hohe Kompetenzen, um ein Handballtraining durchzuführen, das sowohl die individuelle Förderung der einzelnen Spieler wie auch das Mannschaftsgefüge berücksichtigt. Das Fernstudium für Handballtrainer ist eine interessante Ausbildung für ehrenamtliche und hauptberufliche Trainer und Betreuer von Handballmannschaften, die Wert auf ein auf sportwissenschaftlichen Grundlagen basierendes Training legen.

Inhalte

Lehrskript - Gesundheitstraining im Handball

Anforderungen und Komponenten der Leistungsfähigkeit aus gesundheitsorientierter Perspektive - Besonderheiten der gesundheitsorientierten Trainingsplanung und Trainingssteuerung im Handball - Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Verletzungsprophylaxe im Handball - Besonderheiten im gesundheitsorientierten Kinder- und Jugendhandballtraining

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Breitensport C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Konditionstrainer für Fußball oder Gesundheitstrainer für Schwimmen absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSR.	7256413
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

GESUNDHEITSTRAINER/IN FÜR SCHWIMMEN

ENTHÄLT:



Schwimmen ist eine stark athletisch ausgeprägte Mannschafts- und Einzelsportart, die weltweit verbreitet ist und traditionell zu den olympischen Sportarten gehört. Die Besonderheit dieser Sportart ist das Element, in dem sie ausgetragen wird. Das Wasser stellt hohe Anforderungen an das Schwimmtraining, sodass Trainer neben dem sportartspezifischen Wissen auch über einen betonten sportwissenschaftlichen Hintergrund verfügen.

Sei up to date und verschaffe dir per Schwimmtrainer-Ausbildung mit Gesundheitsschwerpunkt eine spannende zusätzliche Perspektive für deine Trainerkarriere!

Gesundheitstrainer für Schwimmen sind mit den besonderen physiologischen Anforderungen im Schwimmsport vertraut, können zielführende Trainingspläne fürs Schwimmen erstellen und verfügen über Grundlagenkenntnisse in der Sporternährung. Oftmals sind Schwimmtrainer ehrenamtlich für einen Sportverein tätig und betreuen Schwimmer als Einzel- und Mannschaftssportler. Die staatlich geprüfte und zugelassene Schwimmtrainer-Ausbildung in Fernstudienform unter Berücksichtigung des Kriteriums des Gesundheitstrainings richtet sich speziell an Trainer und Betreuer mit Interesse an einem ganzheitlichen, verantwortungsvollen und leistungsorientierten Training auf der Basis moderner sportwissenschaftlicher Erkenntnisse im Schwimmsport.

Inhalte

Lehrskript - Gesundheitstraining im Schwimmsport

Das Anforderungsprofil im Schwimmen - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten im Schwimmen - Trainingsplanung und -steuerung im Schwimmen - Prävention und Umgang mit Verletzungen im Schwimmen - Regeneration im Schwimmen - Der Trainer im Schwimmen

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Breitensport C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiedauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Konditionstrainer für Fußball oder Gesundheitstrainer für Handball absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7246212
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

ENTSPANNUNGSTRAINER/IN

In der modernen Leistungsgesellschaft ist negativer Stress für viele Menschen eine ständige Begleiterscheinung im Alltags- und Berufsleben. Stressbedingte Erkrankungen wie Muskelverspannungen, Bluthochdruck und Kopfschmerzen bis hin zum Burnout und zu Depressionen sind bereits heute die Hauptursachen für krankheitsbedingte Ausfälle und vorzeitige Erwerbsunfähigkeit. Der Bedarf an Entspannungstechniken und Methoden zum Stressabbau ist daher groß. In Kur- und Rehakliniken, Fitnessstudios, Sport- und Wellnesshotels sowie in Kursen der Krankenkassen und Volkshochschulen sind daher vermehrt ausgebildete Entspannungstrainer tätig, um Patienten bei der Stressbewältigung und der Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts zu unterstützen.

Werde Experte im richtigen Umgang mit Stress und entsleunige gekonnt den leistungsintensiven Alltag!

Die Ausbildung zum Entspannungstrainer richtet sich unter anderem an Personal Trainer, Fitness Trainer, Group Trainer und Übungsleiter, die ihr Trainingsangebot um die Qualifikation als Entspannungstrainer erweitern möchten. Darüber hinaus bietet sich die Entspannungstrainer-Ausbildung für fachfremde Interessenten an modernen Entspannungstechniken an.

Inhalte

Lehrskript – Stress und Entspannung

Allgemeine biologische Grundlagen - Allgemeine Grundlagen zu Stress - Ganzheitliches Stressmanagement - Grundlagen der Entspannung

Lehrskript – Entspannungsverfahren

Entspannungsverfahren im Überblick - Wichtige Aspekte zur Durchführung von Entspannungskursen - Allgemeine Hinweise zur Durchführung von Entspannungskursen - Aufbau eines Entspannungskurses

Voraussetzungen

— Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Ausbildung

DAUER	3 Tage inkl. Prüfung
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis



HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

FACHTRAINER/IN FÜR HERZ-KREISLAUF-TRAINING

Das Bedürfnis nach gesunder Aktivität steht bei leistungsorientierten Freizeitsportlern ebenso im Vordergrund wie bei Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen und Anfängern im Fitnesstraining. Ein ausgewogenes Ausdauertraining bildet einen wichtigen Bestandteil auf jeder Stufe der Fitness.

Ausdauer ist eine Fähigkeit, die sowohl im Sport als auch im Leben von enormer Wichtigkeit ist – mache sie dir für neue Perspektiven und ein erweitertes Trainerrepertoire zunutze!

Als Fachtrainer für Herz-Kreislauf-Training verfügst du über eine Spezialausbildung, die es dir ermöglicht, deinen Kunden über das allgemeine Fitnessprogramm hinaus ein individuell auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmtes Ausdauertraining anzubieten. Das staatlich zertifizierte Fernstudium „Fachtrainer für Herz-Kreislauf-Training“ richtet sich an Fitness- und Personal-Trainer, die ihr Angebotsspektrum um das spezielle Cardiotraining erweitern möchten.

Inhalte

Lehrskript - Ausdauertraining

Die konditionelle Fähigkeit Ausdauer - Prinzipien der Trainingslehre - Grundlagen der Trainingsplanung im Ausdauersport - Grundlagen der Trainingssteuerung - Das Ausdauertraining

Lehrskript - Cardiotraining

Cardiogeräte im Fitnessstudio - Leistungstests im Freizeit- und Fitnesssport - Besonderheiten von Ausdauertraining im Fitnessstudio - Ausdauertraining im Fitnessstudio: Die Durchführung

Voraussetzungen

- Trainingspraktische Qualifikation erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7208610

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 10 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

FACHTRAINER/IN FÜR LAKTAT-LEISTUNGS- DIAGNOSTIK

Die Laktat-Leistungsdagnostik hat eine besondere Bedeutung für die Trainingsplanung in vielen Ausdauersportarten. Insbesondere Marathon, Halbmarathon und Triathlon sind Sportarten, die mit einem großen Leistungsanspruch einhergehen. Aber auch beim Schwimmen, Radfahren und beim Ballsport müssen Sportler in der Lage sein, hohe Leistungen abzurufen. Für optimale Wettkampfergebnisse ist ein auf die individuellen Bedürfnisse des Sportlers abgestimmtes Training eine der wichtigsten Voraussetzungen.

Leistungsdiagnostik im Ausdauerbereich schafft dir neue Perspektiven – ergreife sie!

Als Fachtrainer für Laktat-Leistungsdagnostik unterstützt du aktive Freizeit- und Profisportler auf ihrem Weg zu erfolgreichen Wettkämpfen. Mit einer Ausbildung in Leistungsdiagnostik findest du vielfältige Einsatzbereiche, so kannst du beispielsweise dein neues Wissen für deine freiberufliche Tätigkeit als Personal Trainer nutzen oder als Mitarbeiter einer Sport- oder Fitness Einrichtung Laktatmessungen für deine Kunden durchführen. Auch für engagierte Ausdauersportler mit Interesse an einer eigenen Leistungsdiagnostik oder ehrenamtliche Unterstützer von Sportvereinen ist diese Weiterbildung empfehlenswert.

Inhalte

Lehrskript – Laktat-Leistungsdagnostik

Sportbiologische Grundlagen - Laktat - Laktat-Leistungsdagnostik, Schwellenkonzepte - Grundlagen der Interpretation - Laktatleistungstest - Kontraindikationen - Hardware und Zubehör - Rechtliche Aspekte

Voraussetzungen

— Inhaltliche Kenntnisse des Fachtrainers für Herz-Kreislauf-Training oder des Fachtrainers für Ausdauersport

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung



HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

SPIROERGOMETRIE IM GESUNDHEITSSPORT

Nach wie vor sind Laufen, Radeln und andere Ausdauersportarten echte Dauerbrenner und erfreuen sich allergrößter Beliebtheit. Nicht nur Marathon- und Triathlonteilnehmer sehnen sich nach einer individuellen Messung ihres Leistungsniveaus und einer darauf aufbauenden Trainingsplanung zur Optimierung ihres Fortschrittes.

Ein absolutes Muss in der Leistungsdiagnostik im Gesundheitssport!

Die Leistungsdiagnostik-Ausbildung mit dem Schwerpunkt der Spiroergometrie im Gesundheitssport befähigt dich als Fitness- oder Personal Trainer, deinen ausdauerfreudigen Kunden bei der Bestimmung ihrer Fähigkeiten zu helfen und daraus resultierende Trainingspläne zu erstellen und wertvolle Tipps zu geben.

Inhalte

Lehrskript – Spiroergometrie

Historischer Überblick zur Entwicklung der Spiroergometrie - Grundlagen der Spiroergometrie - Einsatz der Spiroergometrie im Fitnesssport - Begriffe und Parameter - Grundlagen zum Energieverbrauch - Energieumsatz - Kalorisches Äquivalent - Messparameter der Spiroergometrie - Maximale O₂- Aufnahme (VO₂max) - Relative O₂-Aufnahme (relative VO₂max) - Kohlendioxidabgabe (VCO₂) - Respiratorischer Quotient (RQ) - Durchführung der Spiroergometrie im Fitnesssport - Vorgehensweise bei der Auswertung der Spiroergometrie - Kontraindikationen - Spiroergometrie in der Sportmedizin - Messtechnik und -prinzipien - Analyse der Bewegungsökonomie

Voraussetzungen

— Inhaltliche Kenntnisse des Fachtrainers für Herz-Kreislauf-Training oder des Fachtrainers für Ausdauersport

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an der Ausbildung teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung

HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

LAUF- UND MARATHON-TRAINER/IN



Der auf die griechische Antike zurückgehende Marathonlauf ist eine der beliebtesten Ausdauersportarten. In allen Regionen Deutschlands sowie auf internationaler Ebene finden regelmäßig Wettkämpfe wie der berühmte New York Marathon statt. Wer die besondere Herausforderung des Langstreckenlaufes bewältigen möchte, bedarf eines optimalen Individualtrainings.

Setze dich an die Spitze mit einem zukunftsfähigen, vielversprechenden Fernstudium zum Laufcoach!

Als Lauftrainer und Marathoncoach machst du Ausdauersportler verschiedenen Trainingslevels mit Expertenwissen und einem vielseitigen Übungskatalog fit für Langstreckenläufe. Ob du selbstständiger Personal Trainer, angestellter Fitnesstrainer in einem Studio bist oder Gruppentraining in Sportvereinen oder Lauftreffs anbieten möchtest, die staatlich geprüfte und zugelassene Lauftrainer-Ausbildung in Fernstudienform bereichert dein Trainerrepertoire und verschafft dir eine attraktive Zusatzqualifikation.

Inhalte

Lehrskript - Lauf- und Marathontraining

Grundlagen des Laufens - Lauftechnik als Leistungsfaktor - Laufstile - Training der Lauftechnik - Anatomie des Bewegungsapparates - Biomechanik des Gehens und Laufens - Training der Lauftechnik - Ausdauertraining Laufen - Allgemeiner Teil des Ausdauertrainings - Ausdauertrainingsformen für Läufer - Periodisierung und Trainingsplanung für Läufer - Tools & Technik - Typische Zielsetzungen und Trainingspläne - Anfänger - Firmenläufe - Lauftreffs - Volkslauf bis 7 km - 10 km - Halbmarathon - Marathon - Ultramarathon - Crosslauf - Rund um den Wettkampf - Organisatorisches - Taktik / Einteilung des Wettkampfes - Ernährung im Wettkampf - Was passiert nach dem Wettkampf - Laufen und Läufergesundheit - Typische Krankheits- und Beschwerdebilder bei Läufern - Maßnahmenkatalog - Athletiktraining für Läufer

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse des Fachtrainers für Ausdauersport
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK



Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7280014
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 2 Stunden

TRIATHLON-TRAINER/IN

ENTHÄLT:



Laufen, Radfahren und Schwimmen im Einzelnen reichen vielen fitnessbegeisterten Menschen längst nicht mehr aus, um ihre sportlichen Leistungen zu optimieren. Die vielseitige Kombination des Triathlons ist inzwischen die große Herausforderung für Körper und Geist geworden und seit dem Jahr 2000 auch eine olympische Disziplin. Immer mehr Zuspruch findet die Extremsportart bei Menschen verschiedener Altersgruppen, erfordert jedoch auch ein ausgewogenes, spezifisches Training.

Berufsbegleitend studieren und einen Karriereschub erleben – mit dem Fernstudium „Triathlon Trainer“ gehst du zielstrebig in deine berufliche Wunschzukunft!

Als Triathlon-Coach versetzt du Profi- und Freizeitsportler in die Lage, sich optimal auf Wettkämpfe vorzubereiten. Da Triathleten vorwiegend Individualsportler sind, arbeitest du in der Regel selbstständig als Triathlon Personal Trainer. Aber auch als angestellter Fitnesstrainer kannst du das Triathlon-Training als besonderen Service anbieten.

Inhalte

Lehrskript - Triathlonsport

Geschichtlicher Hintergrund zum Triathlonsport - Anforderungsprofil und Leistungsentwicklungen im Triathlonsport - Gesundheitliche Aspekte des Triathlonsports - Ernährung im Triathlon - Material im Triathlon

Lehrskript - Training im Triathlonsport

Soll-Ist-Analyse - Entwicklung der sportartspezifischen Technik - Entwicklung der konditionellen Voraussetzungen - Wechsel- und Koppeltraining - Athletiktraining im Triathlon

Lehrskript - Trainingsplanung im Triathlonsport

Langfristiger Leistungsaufbau im Triathlon - Parameter zur Trainingssteuerung und Dokumentation

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse des Fachtrainers für Ausdauersport
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7278114
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	16 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 2 Stunden

AUSDAUERTRAINER/IN A-LIZENZ

Nimm dein Ziel ins Visier und starte durch! Du möchtest beruflich die Ausdauer fokussieren und durch eine klare Positionierung auf dem Fitnessmarkt gezielt Kunden ansprechen? Dazu qualifiziert dich die Prüfung zum Ausdauertrainer-A-Lizenz-Abschluss der Academy of Sports im höchsten Maße und öffnet dir die Türe zu beruflichem Erfolg!

Wähle deinen einzigartigen Weg aus einer Vielzahl von Möglichkeiten und gestalte deinen Abschluss als Ausdauertrainer mit A-Lizenz nach deinen Wünschen.

Möchtest du deinen Akzent beispielsweise auf den Bereich Triathlon- oder Marathontraining setzen, kannst du als Wahlpflichtmodul den Lauf- und Marathontrainer belegen und dies mit einem Berater für Sporternährung kombinieren, damit deine Kunden sich optimal auf Wettkämpfe vorbereiten, ihre Kondition verbessern und ihre Ausdauer richtig trainieren können. Um die individuelle Leistung adäquat feststellen zu können, bietet sich eine Weiterbildung in der Leistungsdiagnostik zusätzlich an. Module absolvieren, Prüfung schreiben, durchstarten – so einfach werden Träume wahr!

Voraussetzungen

PFLICHTMODUL	WAHLPFLICHTMODULE NACH QUALIFIKATIONSSTUFEN
Fachtrainer/in für Ausdauersport	1x Qualifikationsstufe 3 – Bereich Ausdauer
Sportmentaltrainer/in	1x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Ausdauer
	1x Qualifikationsstufe 3 – Bereich Ernährung

Der Fachtrainer für Ausdauersport sowie der Sportmentaltrainer bilden dein solides Wissensfundament, auf das du nach Belieben ganz individuell aufbauen kannst. Mit den Wahlpflichtmodulen, kategorisiert in Qualitätsstufen, legst du deinen persönlichen Schwerpunkt, für einen Abschluss, der exakt auf dich zugeschnitten ist!



HINWEISE

- Die Prüfungsleistung wird von dir online erbracht.
- Selbstverständlich erkennen wir unseren Anforderungen entsprechende Vorkenntnisse und absolvierte Abschlüsse von dir gerne an – melde dich bei uns, um zu erfahren, welche deiner Vorleistungen angerechnet werden können.
- Nähere Informationen zur Matrix der Module findest du unter www.academyofsports.de
- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Prüfung

NACHWEIS Zertifikat

BILDUNGSVARIANTEN

Auf unserer Website findest du nach Tätigkeitsziel vorkonfigurierte Varianten. Buchst du diese als Paket, sparst du bist zu **25%**.

FACHTRAINER/IN FÜR AUSDAUERSPORT

Marathon, Schwimmen, Radfahren & Co. zählen unter anderem zu den Ausdauer-sportarten, welche sich allergrößter Popularität erfreuen. Vom Einsteiger bis zum Profi, das Ausdauertraining kommt bei keinem Fitnessbegeisterten zu kurz. Um möglichst effektiv die Ausdauer verbessern und den Herz-Kreislauf stärken zu können, bedarf es jedoch speziell ausgebildeter Experten, die sich im Lauftraining und im Ausdauersport hervorragend auskennen.

Mit neuen Perspektiven die Fitness- und Gesundheitsbranche erobern – als Fachtrainer für Ausdauersport erweiterst du dein Angebot um eine vielseitige Komponente!

Als Fachtrainer für Ausdauersport oder Lauftrainer betreust du sowohl Einzelpersonen wie auch Gruppen im Ausdauertraining. Bei deinen Kunden handelt es sich um professionelle Sportler, Freizeitsportler oder Einsteiger im Ausdauer- und Laufsport. Die staatlich geprüfte und zugelassene Ausbildung zum Fachtrainer für Ausdauersport erfolgt in Form eines Fernstudiums und richtet sich an sportlich interessierte Personen, die eine neue berufliche Perspektive im Sport- und Fitnessbereich erwerben möchten.

Inhalte

Lehrskript - Sportphysiologie

Nervensystem - Motorik - Herz-Kreislauf-System - Atmungssystem - Hormonsystem - Energiebereitstellung & Wärmehaushalt

Lehrskript - Ausdauertraining

Trainingslehre - Trainingsplanung im Ausdauersport - Trainingssteuerung - Ausdauertraining

Lehrskript - Faktoren des Ausdauersports

Spezifisches Ausdauertraining - Leistungs- / Belastungsstruktur von Ausdauersportarten - Umweltfaktoren und Leistungsfähigkeit - Leistungsbeeinflussende Wirkstoffe

Lehrskript - Tests und Trainingsplanung im Ausdauersport

Diagnostik und Testverfahren - Komplexe sportartspezifische Leistungsdiagnostik - Trainingsplanung und -steuerung im Leistungssport - Ausdauersport und Krankheit

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7246912

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 7 Monate

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 3 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.



AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER TEAM ICG®

DER MARKTFÜHRER UND EXPERTE FÜR INDOOR CYCLING IN DEUTSCHLAND, DIE INDOORCYCLING GROUP (ICG), BIETET AUSFÜHRLICHE PRODUKTINFORMATIONEN UND -EINFÜHRUNGEN ZU DEN LIFE FITNESS INDOOR BIKES UND DEM VIRTUELLEN MYRIDE SYSTEM SOWIE AUSBILDUNGEN FÜR AUSDAUERBEGEISTERTE. MIT DER ERFAHRUNG VON ÜBER ZWEI JAHRZEHNTE IST TEAM ICG® EIN VERTRAUENSWÜRDIGER UND FACHKOMPETENTER ANSPRECHPARTNER UND BILDET JÄHRLICH DEUTSCHLANDWEIT ÜBER 2 000 INSTRUKTOREN AUS.

TEAM ICG® BASIC LEVEL



QUALIFIKATIONSSTUFE 1

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat

Nahezu jeder Fitnessclub hat es und überall ist es der Renner - das Indoor Cycling! Es bringt Menschen zusammen, verbessert die Ausdauer, steigert die Gesundheit und ist ein Emotionspaket erster Güte.

Meistere Level eins im Indoor Cycling und schaffe dir die perfekte Wissensbasis als Instruktor!

Inhaltlich kommt eine geballte Ladung Wissen auf dich zu, darunter die motivierende Vermittlung von leistungsgerechten Einsteigerkursen und eine intensive Schulung im Umgang mit Anfängern. Weiter geht es mit den Trainingszonen und dem sinnvollen Einsatz von Herzfrequenzkontrolle. Wie immer gilt: Safety first, weshalb die Indoor Cycling Sicherheitsregeln sich direkt anschließen, dicht gefolgt von Grundtechniken und intensivem Techniktraining. Weiterhin erwarten dich Methodik, Didaktik, Vermittlung und Lehrproben sowie die Faszination der Musik im Indoor Cycling. Abgerundet wird deine solide Grundbasis durch die Vermittlung von Krankheitsbildern, Erster Hilfe und dem Aufbau von Kursen mit unterschiedlicher Leistungsintensität in Theorie und Praxis!

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich

TEAM ICG® PRO LEVEL



QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat

Die erste Stufe liegt hinter dir, jetzt geht es ans Eingemachte!

Unterziehe deine Fähigkeiten einer fachlichen Intensivierung und professionalisiere deine Kompetenzen als Indoor Cycling Instruktor!

Zum Einstieg bekommst du eine knackige Auffrischung des Basic Levels serviert, garniert mit spannenden Vertiefungen, die es richtig in sich haben. Du erlernst die motivierende Vermittlung von leistungsgerechten Einsteiger-, Mittelstufen- und Fortgeschrittenenkursen und erfährst, wie du neue Motivation und mehr Abwechslung schaffst durch eine Erweiterung der Indoor Cycling Grundtechniken. Aber jetzt legen wir erst richtig los, denn nun ist hochintensives Techniktraining an der Reihe! Weil du die enorme Relevanz der Musik im Indoor Cycling bereits kennengelernt hast, wird dich die erneute intensivierte Einheit dazu nicht überraschen, dir jedoch wertvolle neue Kompetenzen an die Hand geben. Das Finale bildet der Aufbau von Kursen mit unterschiedlicher Leistungsintensität in Theorie und Praxis.

Voraussetzungen

- Erfolgreiche Teilnahme an der **TEAM ICG® BASIC LEVEL** Ausbildung

TEAM

FUNCTIONAL

TRAINING



JENS BABEL

Sport- und Gymnastiklehrer / Sporttherapeut
Gesundheitsmanagement (B.Sc.)



BERND FERNENGEL

Personal Trainer / Fitnesstrainer / Athletiktrainer /
Sporttherapeut



THOMAS KOROMPAI

SCEO R1 Sportsclub The Academy GmbH /
R1 Personal Coach / Sportwissenschaftler univ. /
Certified Movement Professional / Staatlich
anerkannter Resilienz Coach / Myofasial Release
Practitioner



STEFAN LIEBEZEIT

Diplom Sportlehrer mit dem Schwerpunkt Breiten-
& Wettkampfsport / TRX Instructor STC & FTC /
DYNAMAX Mastertrainer / EXOS Level 1



PATRICK PREILOWSKI

Dipl. Sportwissenschaftler / Athletiktrainer

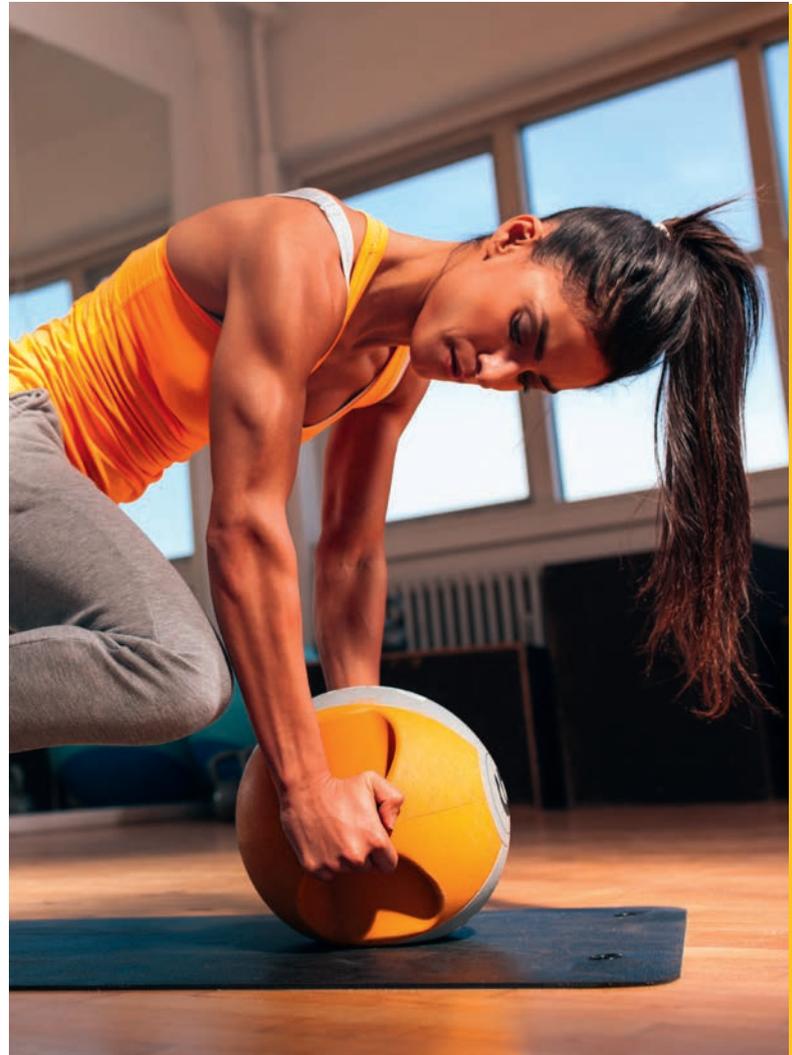
INHALTE FUNCTIONAL TRAINING

FUNKTIONELLES TRAINING

- › Crosstraining – 50
- › Fitnesstrainer/in für funktionelles Training – 51
- › TRX® STC – Suspension Training Course (TF) – 52
- › TRX® GTC – Advanced Training Course (TF) – 52
- › TRX® FTC – Functional Training Course (TF) – 53
- › TRX® SMSTC – Sports Medicine Suspension Training Course (TF) – 53
- › TRX® FORCE Trainer Course (TF) – 54
- › TRX® RTC – Rip Training Course (TF) – 54
- › TRX® GRTC – Group Rip Training Course (TF) – 55
- › Dynamax Coach Course (TF) – 55
- › Fascial Movement Taping Level 1 Ausbildung (FMT1) (TF) – 56
- › Fascial Movement Taping Level 2 Ausbildung (FMT2) (TF) – 56
- › Fascial Movement Taping Kombibuchung (FMT1 und FMT2) (TF) – 57
- › Trigger Point Performance MCT (TF) – 57
- › R1 Movement Professional Modul 1 (MP1) (R1) – 58
- › R1 Movement Professional Modul 2 (MP2) (R1) – 58
- › R1 Movement Professional Modul 3 (MP3) + Abschlussprüfung (R1) – 59
- › R1 Movement Professional 1 – 3 (Kombibuchung) (R1) – 59

ATHLETIKTRAINING

- › Athletiktrainer/in in Kontaktsportarten „ATKO“ (SF) – 60
- › Olympisches Gewichtheben (SF) – 60
- › BarbellEx – Langhanteltraining (SF) – 61
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 1 „Planung und Steuerung“ (SF) – 61
- › Athletiktraining im Leistungssport Teil 2 „Trainingspraxis“ (SF) – 62
- › Athletiktraining im Mannschaftssport (SF) – 62
- › Screening und Testverfahren im Mannschaftssport (SF) – 63
- › Sportsartspezifische Trainingsplanung (SF) – 63



(TF)
wird über unseren Bildungspartner
Transatlantic Fitness angeboten



(R1)
wird über unseren Bildungspartner
R1 Sportsclub angeboten



(SF)
wird über unseren Bildungspartner
Sweat Factory angeboten

CROSSTRAINING

Gesundheit, Fitness und physische sowie psychische Leistungsfähigkeit sind wichtige Grundlagen, um den Anforderungen der modernen Leistungsgesellschaft gerecht werden zu können. Mit der Ausbildung im Crosstraining erweiterst du dein Repertoire an Trainingsangeboten für Kunden mit einem hohen Anspruch an Fitness in Fitness- und Sportcentern, Sportvereinen sowie Rehaeinrichtungen. Wir versetzen dich als Fitnesstrainer mit der Fachqualifikation im Crosstraining in die Lage, ein abwechslungsreiches und ausgewogenes, den aktuellen Entwicklungen in der Fitnessbranche entsprechendes Trainingsprogramm anzubieten.

Mache jetzt deine Crosstraining-Ausbildung und erweitere deinen Kompetenzschatz!

Die Crosstraining-Ausbildung ist eine Fachqualifikation zur Erweiterung deiner Kompetenzen als Fitness- oder Personal Trainer, Sport- und Gymnastiklehrer, Athletiktrainer oder Therapeut, wenn du bereits funktionelles Training und andere spezielle Trainingsformen kennen gelernt hast. Darüber hinaus ist diese Weiterbildung für Sportler empfehlenswert, wenn sie nach Methoden suchen, um ihre eigenen anatomischen, funktionellen und natürlichen Bewegungsmuster zu optimieren.

Inhalte

Lehrskript – Crosstraining

Trainingskonzept - Ansatz - Zielsetzung - Zielgruppe - Rahmenbedingungen - Voraussetzungen - Trainingsmittel - Trainingsorte - Trainingsmethoden - Krafttraining - Ausdauertraining - Beweglichkeitstraining (Flexibilität) - Schnelligkeitstraining - Koordinationstraining - Das Training - Vorbereitung - Hauptteil - Nachbereitung - Darstellung einer exemplarischen Trainingseinheit - Trainingsplanung - Regenerationsmaßnahmen - Die Sonderfunktion des Trainers im Grenzbereich des Crosstraining

Voraussetzungen

— Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Teilnahmebestätigung

HINWEISE

- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!
- Die Termine zur Ausbildung findest du unter www.academyofsports.de

FITNESSTRAINER/IN FÜR FUNKTIONELLES TRAINING



Die Ansprüche an ein effektives Trainingsprogramm in einem breiten Spektrum von Kraft, Koordination und Beweglichkeit sind im Leistungssport besonders ausgeprägt. Functional Training mit seinen vielseitigen Eigenschaften durch komplexe Bewegungsabläufe, die mehrere Muskelgruppen und Gelenke gleichzeitig beanspruchen, ist daher eine ideale Trainingsmethode im professionellen Einsatz. Aufgrund der Vielseitigkeit eignet sich funktionelles Training auch für Freizeitsport und Fitnessangebote in Sport- und Gesundheitseinrichtungen.

Bilde dich traditionell innovativ weiter und erobere die Fitnessbranche mit Wissen und Können!

Als Fitnesstrainer/in für funktionelles Training bietest du Dienstleistungen auf selbstständiger Basis oder als angestellter Fitnesstrainer mit Fachqualifikation an. Deine Kunden profitieren von deinen neuen Fachkenntnissen als Functional Trainer, mit denen du deine Trainerkarriere attraktiv aufwerten kannst.

Inhalte

Lehrskript - Grundlagen des funktionellen Trainings

Grundlagen des Functional Trainings - Das Konzept des Functional Trainings - Medizinischer Hintergrund - Verletzungsprophylaxe - Trainingslehre - Trainingsmittel und Geräte - Screening - Functional Movement Screen® - Funktionelle Krafttests - Aktions-schnelligkeitstest - Schnelligkeitsausdauerstest

Lehrskript - Praxis des funktionellen Trainings

Aufwärmen und Abwärmen - Ziele des Aufwärmens - Lineares Aufwärmen - Laterales Aufwärmen - Mobilisation - Lockern und Dehnen - Bein- und Gesäßübungen - Core-Training - Bauchtraining - Rückentraining - Stabilisationsübungen - Rotationsübungen - Medizinballtraining - Komplexübungen - Partnerübungen - Arm- und Oberkörpertraining - Zugübungen - Druckübungen - Schulterblatt und Brustkorb - Schnelligkeitstraining - Plyometrisches Training - Reaktionsschnelligkeit - Aktionsschnelligkeit - Seil-springen - Trainingspläne - Übungsreihen - Konditionstraining - Grundlagentraining - Kursabläufe

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7274614

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 2 Tage vor Ort

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER TRANSATLANTIC FITNESS (TF)

TRANSATLANTIC FITNESS BRINGT AMERIKANISCHE FITNESS-TOP-TRENDS WIE TRX, TRIGGER POINT ODER ROCKTAPE NACH EUROPA. VON ABSOLUTEN PROFIS, SPEZIALISIERT AUF FUNCTIONAL TRAINING, KANNST DU HIER IN ZAHLREICHEN AUSBILDUNGEN UND KURSEN DEN UMGANG MIT QUALITATIV HOCHWERTIGSTEN, EFFEKTIVSTEN FITNESSGERÄTEN LERNEN UND SINNVOLLE, EFFIZIENTE KONZEPTE WIE TAPING UND SCHLINGEN-TRAINING DEINEN TRAINERFÄHIGKEITEN HINZUFÜGEN.

TRX® STC – SUSPENSION TRAINING COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Personal, Fitness- oder Athletiktrainer und suchst nach einer spannenden, abwechslungsreichen Trainingsvariante für das 1:1 oder Kleingruppentraining, die ebenso effektiv wie intensiv ist?

Dann bist du jetzt am Ziel, denn hier lernst du alle wichtigen Grundlagen, die Trainingsprinzipien sowie eine breitaufgestellte Übungsauswahl und unterschiedliche Techniken der Intensitätsgestaltung. Das auf sieben Grundmustern basierende TRX® Suspension Training eignet sich für Trainierende jeden Niveaus.

Inhalte

- Ursprung und Vorteile des TRX® Suspension Trainings
- Montage, Handhabung und Anpassung
- Entwerfen von Trainingsplänen
- Einführung und Anwendung des Coaching System NAPSMMR
- Neudefinition des Suspension Trainings unter dem Aspekt der Mobilität und Stabilität

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz, Fitnesstrainer B-Lizenz oder ausgebildeter Therapeut

TRX® GTC – ADVANCED TRAINING COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Personal, Fitness- oder Athletiktrainer und möchtest deine Trainerkompetenz verfeinern, um das Training für deine Kunden noch effizienter, herausfordernder und langfristig erfolgreicher zu gestalten?

Dann wähle Advanced Training Course, in dem deine bereits bestehenden Grundlagenkenntnisse vertieft und erweitert werden. Mehr Personalisierung, Variation und Motivation verbessern dein Coaching und damit einhergehend die Zufriedenheit deiner Kunden. Wachse mit dem richtigen Know-how über dich hinaus und sei der beste Trainer, der du sein kannst!

Inhalte

- Anwendung des TRX® Coaching Systems
- Einzel- und Gruppencoaching
- TRX®Fit (hochintensives Intervall Workout)
- TRX®Strong (strength based workout)

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz – empfohlen wird vorab die Teilnahme am TRX® STC



TRX® FTC – FUNCTIONAL TRAINING COURSE (TF)

■■■■■
QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Personal, Fitness- oder Athletiktrainer und wünschst dir neue, abwechslungsreiche und effiziente Optionen für deine Karriere?

Dann erweitere mit der Functional Training Ausbildung dein Spektrum im Funktionellen Training und biete zukünftig differenziertes Zirkeltraining mit sinnvoll eingesetzten Functional Training Tools an, basierend auf sieben Grundbewegungsmustern. In fünf Live-Workouts werden dir eine anschauliche Bandbreite an Übungen und verschiedenen Techniken zur Intensitätsgestaltung vermittelt.

Inhalte

- TRX Suspension und Rip Training im Trainingszirkel
- Montage und Handhabung
- Anpassung an verschiedene Leistungsniveaus
- Fortgeschrittenes Coaching
- Entwerfen von Trainingsplänen für Suspension Trainer, Rip Trainer, Kettlebells, Ropes, Medizinbällen und Sandbags

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz, Fitnesstrainer B-Lizenz oder ausgebildeter Therapeut

TRX® SMSTC – SPORTS MEDICINE SUSPENSION TRAINING COURSE (TF)

■■■■■
QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Therapeut, Personal, Fitness- oder Athletiktrainer und möchtest das exakte Anleiten deiner Kunden und Patienten für die Vorbeugung und Behandlung verschiedener Krankheitsbilder mittels TRX Suspension Training lernen?

Dann erreiche mit der Sports Medicine Suspension Training Ausbildung dein Ziel und intensiviere deine Fachkenntnisse, erweitere deine Trainingspalette mit dem TRX Suspension Trainer und tauche ein in die vielseitige, anspruchsvolle Welt des Gesundheitssports.

Inhalte

- Anwendung des TRX® Suspension Trainings im Rehabilitations- und Präventionsbereich
- Grundlegende Basisbewegungsmuster sowie „Corrective Exercises“
- Variationen und Regressionen zur Anpassung an das jeweilige Leistungsniveau
- Spezifische sportmedizinische Krankheitsbilder
- TRX Suspension Training-gestützter Therapiemöglichkeiten

Voraussetzungen

- TRX® STC/GSTC, ausgebildete Therapeuten, Sportwissenschaftler, Lehrer für Fitness oder Fitnesstrainer B-Lizenz

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER TRANSATLANTIC FITNESS (TF)

TRX® FORCE TRAINER COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Personal, Athletik- oder Fitnesstrainer und suchst für das 1:1- oder Kleingruppentraining eine neue Herausforderung?

Dann gewinne eine breite Übungsauswahl mit Military Suspension Training und erweitere deinen Kompetenzbereich! Ursprünglich ausschließlich für militärische Einheiten entwickelt, eröffnet dir diese Ausbildung neue Perspektiven und befähigt dich, ein authentisches Militärtraining mit deinen Kunden durchführen zu können – für all diejenigen, die das Flair fühlen und die Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination auf höchstem Niveau entwickeln möchten!

Inhalte

- Übungskatalog für Military Fitness
- Perfekte Ausführung aller Übungen des Tactical Conditioning Programs
- Montage in jeder Umgebung des TRX® Suspension Training System
- Anpassung an verschiedene Trainingsniveaus
- Entwerfen von Military Fitness Trainingsplänen

Voraussetzungen

- TRX® Ausbildungen STC/GSTC/SMSTC

TRX® RTC – RIP TRAINING COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Sporttherapeut, Personal, Fitness- oder Athletiktrainer und suchst die perfekte Schnittstelle zwischen Kraft- und Ausdauertraining?

Bingo, du hast mit dem Rip Training Course gefunden, was du suchst, denn der ursprünglich von Kampfsportlern und Physiotherapeuten entwickelte Rip Trainer vereint beides miteinander. Es werden auf drei Ebenen Bewegungsabläufe aus dem Alltag nachempfunden, welche die Core-Stabilität enorm steigern und durch variable Widerstände beliebig intensiviert werden können.

Inhalte

- Erläuterungen zum rotierenden Hauptbewegungsmuster als Ganzkörpertraining
- Montage und Handhabung
- Theoretische und praktische Übungen
- Instruktion und Korrekatives Training

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz

TRX® GRTC – GROUP RIP TRAINING COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Möchtest du als Sporttherapeut, Athletik-, Personal, Fitness- oder Group Trainer dein Repertoire mit einem abwechslungsreichen, core-stärkenden, funktionellen Training gewinnbringend erweitern?

Dann lerne im Group Rip Training Course alles rund um das Erfolgskonzept, das Kraft- und Ausdauertraining sinnvoll vereint! Das Rip Training ist die perfekte Ergänzung zum TRX Suspension Training und basiert auf Rotationsbewegungsmustern, die man auf drei Ebenen ausführt. Durch variable Widerstände kann das Training einem jeden Level angepasst werden.

Inhalte

- Einsatz des TRX Rip Trainers in Gruppenformation
- Steigerung des Motivationspotentials durch musikalische Elemente
- Die richtige Schulung, Anleitung und Korrektur von Gruppen

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz

DYNAMAX COACH COURSE (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Therapeuten, Athletik- und Fitnesstrainer aufgepasst! Wer sich nach mehr Abwechslung, Innovation und Effektivität sehnt, ist hier richtig!

Für Trainierende aller Fitnessniveaus macht dich dieser Kurs topfit! Elemente mit dem Dynamax Ball werten durch Techniken und Trainingsprogramme aus dem Leistungssport jedes Workout deutlich auf und fokussieren Muskel- und Fasziennetze. Durch das Nachempfinden alltäglicher funktioneller Bewegungsmuster rücken Rumpfstabilität und Hochgeschwindigkeitstraining in den Vordergrund.

Inhalte

- Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Balance mit dem Dynamax Ball
- Übungen für allgemeine und sportartspezifische Fitness
- Trainingsprogramme zur Verbesserung der Athletik
- Integration in die zehn Grundfähigkeiten
- Cuing- und Coachingtechniken für Speed- und Powertraining

Voraussetzungen

- Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER TRANSATLANTIC FITNESS (TF)

FASCIAL MOVEMENT TAPING LEVEL 1 AUSBILDUNG (FMT1) (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Arzt, Masseur, Heilpraktiker, Therapeut oder Fitnesstrainer und möchtest das erste Level des kinesiologischen Tapings meistern?

Dann lerne Rocktape's Fascial Movement Taping als ganzheitliches Konzept kennen und setze auf seine Schlüssel-funktion der Bewegung als Antrieb für Heilungsprozesse. Dies eröffnet neue Wege, um durch die Einbindung des myofaszialen Systems chronische und akute oder neuropathische Schmerzen, Schwellungen, Narben oder Bewegungseinschränkungen zu behandeln.

Inhalte

- Einführung von Faszialenverläufen und Muskelketten in das fasziale Taping
- Physiologische Effekte des kinesiologischen Tapings
- Grundlegende Anlagetechniken
- Anlagetechniken für die häufigsten Krankheits- und Beschwerdebilder in Kombination mit Bewegung

Voraussetzungen

- Mindestens Fitness C-Lizenz oder inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz

FASCIAL MOVEMENT TAPING LEVEL 2 AUSBILDUNG (FMT2) (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Du bist Arzt, Masseur, Heilpraktiker, Therapeut oder Fitnesstrainer und möchtest nun auch das zweite Level des kinesiologischen Tapings meistern?

Dann nimm jetzt die Herausforderung an und lerne im Aufbaukurs Anatomie und Physiologie von myofaszialen Leitbahnen, Bewegungs- und Haltungsanalysen, Übungstechniken zur Mobilisierung von Gelenken und Behandlung von achsengerechten Bewegungsabläufen kennen.

Inhalte

- Einführung von Faszialenverläufen in das fasziale Taping-Konzept
- Physiologische Effekte des kinesiologischen Tapings
- Haltungs- und Bewegungsanalysen
- Sportartspezifische Tapeanlagen
- Spezielles Taping in der Schwangerschaft

Voraussetzungen

- FMT 2 ist der Aufbaukurs zum FMT 1
- Mindestens Fitness C-Lizenz oder inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz

FASCIAL MOVEMENT TAPING KOMBIBUCHUNG (FMT1 UND FMT2) (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Ein Wochenende, zwei Ausbildungen – dreimal darfst du raten, wo du zum absoluten Taping-Experten wirst! Du möchtest mehr als nur ein bisschen in das Rocktape's Fascial Movement Taping-Konzept hineinschnuppern, sondern gleich die geballte Ladung Taping-Expertise erlernen?

Dann buche den Level 1 und Level 2 Kurs in Kombination und profitiere vom Sonderpreis für Entscheidungsfreudige.

Inhalte

- Die geballten Wissenspakete der Level 1 und Level 2 Fascial Movement Taping Ausbildung erwarten dich!

Voraussetzungen

- Mindestens Fitness C-Lizenz oder inhaltliche Kenntnisse der Fitnesstrainer B-Lizenz

TRIGGER POINT PERFORMANCE MCT (TF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	1 Tag
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Ob Therapeut, Athletik- oder Fitnesstrainer, mache dich durch die MTC (myofascial compression technique) Ausbildung mit den innovativen Trigger Point Produkten vertraut und begib dich in die Welt des Faszientrainings. Für korrigierendes Training wie Verletzungsprophylaxe, Umgang mit Beschwerdebildern und Leistungssteigerung müssen natürliche und effiziente Bewegungsmuster wiederhergestellt sowie neurologische Pfade geöffnet werden, um Muskeln propriozeptiv effektiver ansprechen zu können.

Inhalte

- Biomechanisches Basiswissen
- Funktionell und strukturell
- Fundamentale fasziale Behandlungspunkte
- Vier Säulen der Gewebequalität
- Anwendung im Hands Off- und Hands On-Verfahren
- Biomechanische Tests

Voraussetzungen

- Mindestens Fitness C-Lizenz oder Übungsleiterschein, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER R1 ACADEMY (R1)

DER ACADEMY R1 SPORTSCLUB AUS MÜNCHEN FOKUSSIERT DAS GANZHEITLICHE TRAINING, FUSSEND AUF VIER PRINZIPIEN: MOVE, EAT, RECHARGE UND REFLECT UND BILDET SEINE ATHLETEN DES LEBENS IN DIESEM SINNE AUS. WERT GELEGT WIRD AUF VIELSEITIGE BEWEGUNG, GESUNDE ERNÄHRUNG, DAS MASSVOLLE ENERGIEHAUSHALTEN UND EINEN ACHTSAMEN, SELBSTBESTIMMTEN LEBENSSTIL. DIESE PHILOSOPHIE MACHT DEN FUNCTIONAL TRAINING-EXPERTEN AUS BAYERN ZU EINEM EXZELLENTEM BILDUNGSPARTNER DER ACADEMY OF SPORTS!

R1 MOVEMENT PROFESSIONAL MODUL 1 (MP1) (R1)



QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	3 Tage
NACHWEIS	– Teilnahmebescheinigung – Im Rahmen des PT Alliance Programms erfüllt das Modul der R1 Academy die Kriterien für 300 Credit Points
PRÜFUNG	Keine

Erreiche das höchste Level des Functional Trainings mit der „R1 Movement Professional“-Ausbildung und blicke dem vollen Potential des funktionellen Trainings ins Antlitz!

In drei komplexen Modulen wirst du mit tiefgreifenden Einblicken in das weite Feld des korrigierenden funktionellen Trainings bis hin zu einem sinnvollen Programing ausgebildet. Neue Tools und ein enormes Fachwissen verhelfen dir zu einer optimalen Klientenbetreuung!

Inhalte

Dein Starterpaket umfasst unter anderem fundamentale Bewegungsmuster, deren biomechanische Details und methodisch didaktische Regressionen und Variationen, das Vier-Säulen-Konzept der Stabilität sowie das nötige Know-how, um eine nachhaltige Verbesserung der Bewegungsmuster zu erreichen.

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitness C-Lizenz

R1 MOVEMENT PROFESSIONAL MODUL 2 (MP2) (R1)



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Ausbildung

DAUER	3 Tage
NACHWEIS	– Teilnahmebescheinigung – Im Rahmen des PT Alliance Programms erfüllt das Modul der R1 Academy die Kriterien für 300 Credit Points
PRÜFUNG	Keine

Hast du Lust, das fasziale Training richtig umzusetzen und dir über seine Relevanz klar zu werden? Möchtest du eine Vielzahl korrigierender Übungen unter dem strukturellen Aspekt in deinen Kompetenz-Pool aufnehmen und obendrein funktionelle Screenings und Assessments selbstständig durchführen und auswerten können?

Inhalte

- Strukturelle Vorgehensweise des korrigierenden Trainings
- Faszien und Myofascial Self Release (MSR) Techniken
- Selbstmobilisationen mit Super Bands und Voodoo
- Floss Bands
- Isolierte Stretchings und Dehnungen der gesamten
- Faszienketten
- Funktionelle Screenings und Assessments wie Functional Movement Screen, oder Muscle Firing Pattern Tests

Voraussetzungen

- Erfolgreiche Teilnahme am Modul MP1



R1 MOVEMENT PROFESSIONAL MODUL 3 (MP3) + ABSCHLUSSPRÜFUNG (R1)



QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Ausbildung

DAUER	3 Tage
NACHWEIS	<ul style="list-style-type: none"> – I. R. des PT Alliance Programms erfüllt das Modul der R1 Academy die Kriterien für 300 Credit Points – Nach erfolgreicher Abschlussprüfung erhältst Du die Urkunde zum: R1 MOVEMENT PROFESSIONAL – Nach erfolgreicher Abschlussprüfung erhältst Du die Option, das Gütesiegel PT ALLIANCE SILVER CERTIFIED zu nutzen
PRÜFUNG	Abschlussprüfung

Möchtest du Screening-Ergebnisse und Assasments sicher interpretieren und daraus ein ganzheitliches Trainingsprogramm kreieren können, das sowohl individuell strukturell korrigierende als auch funktionelle Maßnahmen birgt? Willst du mit deinen neuerworbenen Fähigkeiten im Leistungsbereich deinen Kunden mit Außergewöhnlichkeit und maximaler Kompetenz in Training und Coaching begegnen? Wünschst du dir einen variablen Übungskatalog und den i-Tupfen an professionellem Know-how im Functional Fitness Bereich?

Das kannst du nach dem dritten Modul der „R1 Movement Professional“-Ausbildung haben!

Inhalte

- In Verbindung setzen des Gelernten
- Strukturiertes und sinnvolles Program Design
- Metabilic Conditioning
- Funktionelles Krafttraining

Voraussetzungen

- Erfolgreiche Teilnahme an den Modulen MP1 und MP2

R1 MOVEMENT PROFESSIONAL 1 – 3 (KOMBIBUCHUNG) (R1)



QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Ausbildung

DAUER	6 Monate
NACHWEIS	<ul style="list-style-type: none"> – Nach erfolgreichem Absolvieren der 3 Module inklusive der Abschlussprüfung, erhältst Du eine Urkunde mit dem Titel R1 MOVEMENT PROFESSIONAL – Im Rahmen des PT Alliance Programms erfüllt diese Grundausbildung der R1 Academy die Kriterien (900 Credit Points), um dem Teilnehmer das Siegel: PT Alliance Silver Certified zu vergeben.
PRÜFUNG	Abschlussprüfung (mündl. & schriftl.)

Du willst das ganze Paket und in einem Rutsch R1 Movement Professional werden? Dann buche die MP1–3 Complete-Ausbildung!

Inhalte

Dich erwarten die kombinierten Inhalte aller drei Module und machen dich im Handumdrehen zum R1 Movement Professional!

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fitness C-Lizenz

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER SWEAT FACTORY (SF)

WIE DER NAME SCHON IMPLIZIERT, WIRD IN DER SWEATFACTORY IN ERLENBACH HOCHMOTIVIERT TRAINIERT UND ANGELEITET. FÜR JEDES TRAININGSZIEL UND JEDEN SPORTLICHEN ANSPRUCH FINDET SICH HIER DAS PASSENDE. DAS FACHKOMPETENTE TRAINERTEAM BESTEHEND AUS FITNESSTRAINERN, PHYSIOTHERAPEUTEN UND HEILPRAKTIKERN MACHT DICH RUNDUM FIT UND BRINGT BEWEGUNG IN DEIN LEBEN.

ATHLETIKTRAINER IN KONTAKTSPORTARTEN „ATKO“ (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 1

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Kontaktsportler aller Stilrichtungen unterliegen besonderer körperlicher Belastung. Ob im Ring oder auf der Matte, das System Körper muss von Kopf bis Fuß trainiert und aktiv sein, um effektiv und vor allem erfolgreich arbeiten zu können.

Verwende Athletiktraining für Vollkontakt mit dem Erfolg!

Inhalte

- Innovative Trainingsansätze und Sichtweisen der Trainingsplanung und -steuerung
- Effektive Trainingstechniken unter Berücksichtigung der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten in Sport- und Vereinshallen

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Kenntnisse der Fitness C-Lizenz oder Breitensport C-Lizenz empfohlen

OLYMPISCHES GEWICHTHEBEN (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 1

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Die Disziplinen des olympischen Gewichthebens sind heutzutage nicht mehr aus dem Athletiktraining wegzudenken. Nutze die unschlagbare Kombination aus Effektivität und Tradition, um maximale Ziele zu erreichen!

Schnellkraft und Koordination verbessern sich bei keinen anderen Langhantelübungen so eindrucksvoll wie bei diesem anspruchsvollen Training. Dabei stellt diese Trainingsart ein Fundament dar, auf welches jeder Sportler, sportartenunabhängig, gewinnbringend aufbauen kann.

Inhalte

- Technik und Methodik des Langhantel-Gewichthebens
- Basisübungen: Kreuzheben (Lastheben), Kniebeuge vorn/hinten, Reißkniebeuge
- Schnellkraftübungen: Standreißen und Reißen, Reißen mit der Kurzhantel, Standumsetzen und Umsetzen, Standstoßen und Ausstoßen

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich



BarbellEx – LANGHANTELTRAINING (SF)

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Eine solide Grundlagenausbildung an der Langhantel begünstigt ein effektives Training im späteren Hobby-, Amateur-, Leistungs- und Spitzensport. Langhanteltraining professionell vermitteln zu können gehört daher in das Portfolio jedes leistungsorientierten Trainers.

Hebe dein Training auf ein neues Niveau!

Inhalte

- Einsatzmöglichkeiten, Nutzen, Methodik, Didaktik, Fehlerkorrektur und Durchführung der „Basic 4“ (Kreuzheben, Bankdrücken, Kniebeuge, Schulterdrücken)
- Diagnostik, Testverfahren, Lernstufenmodelle, Planung und Steuerung sowie Evaluation und Dokumentation
- Fehlerkorrektur und Hilfsmittel

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Kenntnisse der Fitness C-Lizenz oder Breitensport C-Lizenz empfohlen

ATHLETIKTRAINING IM LEISTUNGSSPORT TEIL 1 „PLANUNG UND STEUERUNG“ (SF)

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Das Ziel gibt den Weg vor ... jeder Athlet, unabhängig ob Hobby- oder Profisportler, hat ein Ziel vor Augen. Egal ob es die Erhaltung der Gesundheit, Steigerung der Leistung oder das Erreichen einer persönlichen Bestmarke ist.

Wie setzt sich eine individuelle, sinnvolle und vor allem auf deinen Lifestyle angepasste Trainingsplanung zusammen? Welche Screeningverfahren solltest du anwenden und welche Parameter benötigst du dazu? Wann solltest du welche Art von Training absolvieren, mit welcher Intensität solltest du arbeiten usw.?

Inhalte

- Vor- und Nachteile angewandter Trainingssysteme
- Innovative Trainingsansätze und Sichtweisen unter Berücksichtigung der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten in Sport- und Vereinshallen

Voraussetzungen

- Studierende in Sport, Bewegung und Prävention oder Fitnesstrainer B-Lizenz

AUSBILDUNGEN BILDUNGSPARTNER SWEAT FACTORY (SF)

ATHLETIKTRAINING IM LEISTUNGSSPORT TEIL 2 „TRAININGSPRAXIS“ (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

„Athletiktraining im Leistungssport – Trainingspraxis“ stellt das zweite von zwei Modulen dar. Nachdem du nun in die Lage versetzt wurdest, eine professionelle Trainingsplanung zu gestalten, gilt es nun, das Ganze in die Praxis umzusetzen.

„Was du praktisch vermitteln willst, musst du auch zu 100 % demonstrieren können, zumindest einmal!“

Inhalte

Der Seminarinhalt wird zu großen Teilen durch die Inhalte deiner Hausarbeit aus Modul 1 bestimmt. Nachdem dein darin aufgestellter Plan auf Herz und Nieren geprüft wurde, werden die Experten der Sweat!Factory mit dir jede einzelne von dir geplante Übung praktisch durchführen, Tools zur Fehlererkennung und -beseitigung anbieten und dich so perfekt auf deine Traineraufgabe vorbereiten.

Voraussetzungen

- Kenntnisse des Athletiktrainings im Leistungssport: Modul 1 – Planung und Steuerung

ATHLETIKTRAINING IM MANNSCHAFTSSPORT (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 1

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Tauche ein in die vielfältige Welt des Mannschaftssportes: Innovative Trainingsansätze und Sichtweisen der Trainingsplanung und -steuerung sowie effektive Trainingstechniken unter Berücksichtigung der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten in Sport- und Vereinshallen erwarten dich in einem bunten Mix aus praxisbezogener Theorie und dem eigenen Trainingserleben.

Inhalte

Hierbei wurden die aktuellsten trainingswissenschaftlichen Erkenntnisse aus den Bereichen Functional Fitness, Crossfitness, Athletiktraining nach M. Boyle, G. Cook und M. Versteegen mit den eigenen Erfahrungen in der Betreuung von Amateur- und Profisportlern gepaart und zu einer kompakten Grundlagenausbildung zusammengefasst.

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich



SCREENING UND TESTVERFAHREN IM MANNSCHAFTSSPORT (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 1

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

In diesem Seminar werden dem Mannschaftstrainer Tools zur Leistungsbestimmung und -auswertung an die Hand gegeben. Nach dem Prinzip von Ursache und Wirkung werden weiterhin Diagnostikverfahren vermittelt, welche die Frage nach dem

„Warum ...

... habe ich so viele Verletzte?“

... erziele ich keine Leistungsfortschritte trotz guter Trainingsbeteiligung?“

... verschlechtern sich die Ausdauerleistungen?“ beantworten.

Inhalte

- sportartunspezifische Testbatterien
- Chronojump Bosco
- FMS
- Bunkietest
- Beweglichkeitstest
- Spiroergometrie
- Sicher und erfolgreich: Anwenden; Auswerten; Schwachstellen erkennen; praxisnah schlussfolgern; in der Trainingsplanung berücksichtigen

Voraussetzungen

- Übungsleiter, Breitensport C-Lizenz oder Fitnesstrainer B-Lizenz

SPORTARTSPEZIFISCHE TRAININGSPLANUNG (SF)



QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Ausbildung

DAUER	2 Tage
NACHWEIS	Zertifikat
PRÜFUNG	Keine

Krafttraining darf in einem ausgewogenen, erfolgsorientierten Training nicht fehlen – aber was, wann und vor allem wie viel? Wie kombiniere ich sinnvoll die Einheiten meiner Sportart mit den Einheiten im Fitnessstudio?

Dieses Seminar widmet sich den Herausforderungen der Planung von unterstützenden Athletikeinheiten, um in der eigenen Sportart die Leistung zu verbessern, Verletzungen vorzubeugen oder Defizite nach ungeplanten Pausen aufzuarbeiten.

Inhalte

- Innovative Trainingsansätze und Sichtweisen der Trainingsplanung und -steuerung
- Effektive Trainingstechniken unter Berücksichtigung der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten in Sport- und Vereinshallen

Voraussetzungen

- Übungsleiter, Breitensport C-Lizenz, Fitnesstrainer B-Lizenz oder Personal Trainer B-Lizenz

TEAM

ERNÄHRUNG



KATRIN KLEINESPER
Dipl. Oecotrophologin / Business Coach



MATTHIAS REPP
Oecotrophologe (B. Sc.) / Sport- und
Ernährungscoach



ELISABETH SCHULTE
M. A. Betriebliches Gesundheitsmanagement /
B. A. Oecotrophologie



SUSANN SUCHY-ZILM
Master of Food Science and Technology /
Diätassistentin

INHALTE ERNÄHRUNG

ERNÄHRUNGSBERATUNG

- › Ernährung C-Lizenz – 66
- › Ernährungsberater/in B-Lizenz – 67
- › Einkaufs- und Lebensmittelberater/in – 68
- › Ernährungsberater/in A-Lizenz – 69
- › Ernährungsfachwirt/in – 70
- › Fachberater/in für Ernährungsberatung – 71

SPEZIFISCHE ERNÄHRUNG

- › Ernährungsberater/in für vegetarische Ernährung – 72
- › Ernährungsberater/in für Schwangerschaft – 73
- › Ernährungsberater/in für Babys und Kleinkinder – 74
- › Ernährungsberater/in für Senioren – 75

SPORTERNÄHRUNG

- › Ernährungsberater/in für Sportler – 76
- › Fachberater/in für Nahrungsergänzungsmittel – 77
- › Ernährungsberater/in für Sportler A-Lizenz – 78

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

- › Berater/in für Diabetes – 79



ERNÄHRUNG C-LIZENZ

Das optimal abgestimmte System Körper wird unter anderem durch die mit der Nahrungsaufnahme zugeführten Stoffe betrieben. Was man zu sich nimmt, entscheidet über Funktionsfähigkeit, Leistung und Außenwirkung. Gesunde Ernährung ist Haut und Haaren anzusehen, zeigt sich am Immunsystem sowie dem Gemütszustand. Je nach Zusammensetzung der Nahrung kann es jedoch auch zu Problemen kommen – Adipositas stellt beispielsweise ein Ungleichgewicht dar. Seit Jahren weisen zahlreiche Statistiken auf eine steigende Quote übergewichtiger Menschen hin. Dies ist ein sicheres Anzeichen dafür, dass qualifizierte Kräfte benötigt werden, um die Gesellschaft über eine ausgewogene und gesunde Ernährung aufzuklären und ihr zu helfen, ein Gleichgewicht zu finden.

Eröffne dir mit dem Einsteigerfernstudium für Ernährungsberater neue berufliche und private Perspektiven und starte noch heute damit, alles über Ernährung zu lernen!

Mit der Ernährung C-Lizenz legst du den Grundstein für deine Karriere in der Ernährungsberatung um später als erfolgreicher Ernährungsberater für Gesundheitsorganisationen, Kliniken oder Kureinrichtungen tätig zu werden und betroffene Personen über eine individuell optimale Ernährung zu beraten. Das Fernstudium eignet sich überdies für Erzieher, Heilpraktiker, Trainer und Sportwissenschaftler sowie gesundheitsbewusste Personen.

Inhalte

Lehrskript - Grundlagen der Ernährung

Allgemeine Grundlagen - Weg der Nahrung durch den Körper - Ernährungs- und Leistungsphysiologische Grundlagen - Bestimmung der Körperzusammensetzung

Lehrskript - Grundlagen der Nährstoffe

Energiegehalt und Zufuhrempfehlungen - Kohlenhydrate - Eiweiß - Fett und fettähnliche Stoffe - Vitamine - Mineralstoffe - Sekundäre Pflanzenstoffe - Wasser

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiodauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 1)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7206210

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 14 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

ERNÄHRUNGSBERATER/IN B-LIZENZ

Übergewicht ist ein wichtiges Thema in der modernen Wohlstandsgesellschaft, denn mit mehr als 50 Prozent der Deutschen ist ein großer Prozentsatz von diesem Problem betroffen. Auch Kinder und Jugendliche leiden immer häufiger unter Übergewicht. Um dieser Situation Herr zu werden, bieten öffentliche und private Institutionen, Kurkliniken, Wellnesshotels und Fitnessseinrichtungen spezielle Ernährungs- und Diätprogramme an. Die Erfüllung dieser anspruchsvollen Aufgabe ist nur mit qualifiziertem Fachpersonal auf dem Gebiet der Ernährungsberatung möglich. Die Nachfrage nach fachkompetenten Ernährungsberatern steigt daher stetig.

Schaffe als Ernährungsberater mit B-Lizenz bei deinen Kunden ein Verständnis für gesunde Ernährung!

Als Ernährungsberater mit B-Lizenz verfügst du über die erforderlichen Qualifikationen für eine Tätigkeit in einer Gesundheits- und Fitnessseinrichtung sowie auf selbstständiger Basis und unterstützt deine Schützlinge dabei, ein Ernährungsgleichgewicht zu finden und so zu einem gesunden Wohlfühlen zu gelangen.

Inhalte

Lehrskript - Ernährungsberatung

Umsetzung der Grundlagen der Ernährung - Zufuhrempfehlungen - Methoden zur Bedarfsermittlung - Ernährungsberatung und Ernährungstherapie - Ernährungsprotokoll - Die 10 Regeln der Ernährung - Anforderungen an die Ernährung - Bedeutung der Ernährung für Gesundheit, Umwelt, Wirtschaft und Gesellschaft - Säure-Basen-Haushalt - Fasten - Ernährungsformen - Ernährung bei Erkrankungen - Trinken - Gewicht und Gesundheit - Übergewicht - Gewichtsreduktion - Diäten zur Gewichtsreduktion - Untergewicht - Gesprächsführung in der Ernährungsberatung - Der Beratungsprozess - Kommunikation im Beratungsgespräch

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährung C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Ernährungsberater für Sportler absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7208811

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 3 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

EINKAUF- UND LEBENS- MITTELBERATER/IN

Ständig sind Lebensmittelskandale in den Medien und viele Verbraucher sind dadurch inzwischen über die Entstehung und Zusammensetzung vielerlei Nahrungsmittel verunsichert. Häufig ist die äußere Erscheinungsform wichtiger als die Inhaltsstoffe. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung wird durch die Industrialisierung der Nahrungsgewinnung immer schwieriger.

Wir führen dich in deine berufliche Wunschzukunft, damit du deine Kunden in ihre zukünftige Gesundheit führen kannst.

Als Einkaufs- und Lebensmittelberater hilfst du deinen Kunden, ihren Einkauf zu planen, ihre Lebensmittel im Kühlschrank richtig zu lagern, übermäßige Reste zu vermeiden und dadurch ihren Haushalt optimal zu managen. Alles, was du dafür wissen solltest, vermittelt dir die „Lebensmittelberater“-Ausbildung der Academy of Sports, die in Form eines Fernstudiums absolvierbar ist.

Inhalte

Lehrskript - Einkaufs- und Lebensmittelberatung

Ernährung gestern, heute und morgen - Von der Steinzeit zur modernen Ernährung - Tücken der Gegenwart - In Zukunft wird alles besser!? - Haushaltsmanagement - Tatort: Supermarkt - Korrekte Haltung und Lagerung von Lebensmitteln - Schauplatz: Kühlschrank - Zubereitungsformen von Lebensmitteln - Außerhausverzehr - Die richtige Auswahl macht's! - Drin was drauf steht? - Die Zutatenliste - E-Nummern und Zusatzstoffe - Ans Licht gebracht: Täuschungen in der Lebensmittelindustrie - Betriebsnummern und Herkunft - Ökologisch oder Ökonomisch? - Die Reise um die Welt - Der Saisonkalender - Ist Bio besser? - Das Bio-Siegel - In Massen oder in Maßen? - Lebensmittelkunde und Toxikologie - Lebensmittelkunde - Toxikologie in der Ernährung - Wechselwirkungen zwischen unterschiedlichen Nahrungsmittel und Medikamenten

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7231311

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

ERNÄHRUNGSBERATER/IN A-LIZENZ



Ausgewogene Ernährung ist eine wichtige Basis für Fitness, Leistungsfähigkeit und ein langes, gesundes Leben. Stress und Zeitmangel auf der einen Seite sowie das Angebot an Lebensmitteln, deren Herkunft und Zusammensetzung nur noch schwer nachvollziehbar sind, erschweren jedoch zunehmend eine gesunde Nahrungsaufnahme. Aus diesem Grund ist die Nachfrage nach qualifiziertem Fachpersonal für die Ernährungsberatung groß und wird sich in der Zukunft weiter steigern.

Die Ernährungsberater-A-Lizenz ist deine Eintrittskarte in die Expertenklasse der Ernährungsberatung!

Mit der Ernährungsberater-Ausbildung in Fernstudienform vertiefst du deine Qualifikationen intensiv und schaffst dir so eine interessante berufliche Perspektive, denn als Ernährungsberater mit A-Lizenz bist du für Krankenkassen, Gesundheitseinrichtungen, Kur- und Rehakliniken, Beratungsstellen, Fitnessstudios oder auf selbstständiger Basis tätig und bietest eine qualifizierte Ernährungsberatung auf hohem Niveau an.

Inhalte

Lehrskript - Ernährungsphysiologische Vertiefung

Verdauung - Nahrungsaufnahme, Hunger und Sättigung - Hormonelle Regulationsmechanismen - Nährstoffe und Säure-Base-Haushalt - Epidemiologie - Ernährungserhebung - Alternative Ernährungsformen - Funktionelle Lebensmittel

Lehrskript - Diätetik

Ernährung und Erkrankungen - Erkrankungen des Gastrointestinaltraktes - Erkrankungen des Stoffwechsels - Erkrankungen der Niere - Sonstige ernährungsrelevante Erkrankungen

Lehrskript - Vertiefende Ernährungsberatung

Ernährungspsychologie - Ernährungssoziologie - Beratung - Rechtliche Situation in der Ernährungsberatung

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz und
- Nachweis über praktische Erfahrung (mind. 50 Stunden) im Bereich der Ernährungsberatung
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 4)

Fernstudium

ZULASSUNGSR. 7283414

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 9 Monate

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

ERNÄHRUNGSFACHWIRT/IN

Gesunde Ernährung spiegelt sich auf der Haut, in der Psyche, der Fitness und dem Gemüt wider und steigert maßgeblich Lebensqualität und Wohlbefinden. Verhilf deinen Kunden als Ernährungsfachwirt zu mehr Gesundheit und einem sinnvollen Verständnis für das System Körper. Beantworte allgemeine Ernährungsfragen, glänze mit Fachwissen zu Unverträglichkeiten, erstelle zielführende Ernährungspläne und akzentuiere dein Wissen gezielt mit einem modularen Abschluss!

Du möchtest mehr als nur Ernährungsberater werden, sondern mit fachlicher Expertise und umfangreichem Know-how deinen Kunden nur das Beste bieten? Dann werde jetzt Ernährungsfachwirt an der Academy of Sports!

Ob du bestimmte Zielgruppen wie Schwangere, Senioren oder Vegetarier fokussieren möchtest oder deinen Akzent doch lieber auf die Ernährungsberatung für Sportler oder eine kompetente Einkaufs- und Lebensmittelberatung legen möchtest, wir bieten dir ein riesiges Spektrum an Möglichkeiten! Die Schlüsselkompetenz aus dem Bereich Coaching „Kommunikation und Beratung“ gibt dir zusätzlich die Fähigkeit an die Hand, fachliche Inhalte effektiv und nachhaltig zu vermitteln und deine Kunden besser zu beraten und zu verstehen. Erfülle die Voraussetzungen, schreibe die Prüfung und nenne dich stolz Ernährungsfachwirt!

Voraussetzungen

PFLICHTMODUL	WAHLPFLICHTMODULE NACH QUALIFIKATIONSSTUFEN
Ernährungsberater/in A-Lizenz	2x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Ernährung
Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK)	1x Qualifikationsstufe 2 – Bereich Coaching

Die Ernährungsberater A-Lizenz stellt deine grundlegende Basisqualifikation dar und qualifiziert dich bereits zu einem echten Ernährungsexperten. Um auch den wirtschaftlichen Teil ausreichend zu bedienen, gehören die „Wirtschaftsbezogenen Qualifikationen“ ebenso auf jeden Fall in deine Ernährungsfachwirt-Ausbildung. Von nun an bestimmst du, wo es langgeht! Suche dir zwei Module aus dem Bereich Ernährung mit der Qualifikationsstufe 4 und eine aus der Kategorie Coaching mit dem Mindestniveau 2 aus und gestalte deinen Abschluss selbst!

! HINWEISE

- Die Prüfungsleistung wird von dir online erbracht.
- Selbstverständlich erkennen wir unseren Anforderungen entsprechende Vorkenntnisse und absolvierte Abschlüsse von dir gerne an – melde dich bei uns, um zu erfahren, welche deiner Vorleistungen angerechnet werden können.
- Nähere Informationen zur Matrix der Module findest du unter www.academyofsports.de
- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

Prüfung

NACHWEIS Zertifikat

BILDUNGSVARIANTEN

Auf unserer Website findest du nach Tätigkeitsziel vorkonfigurierte Varianten. Buchst du diese als Paket, sparst du bist zu **25%**.

FACHBERATER/IN FÜR ERNÄHRUNGSBERATUNG

Fertiggerichte, Fastfood, Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker oder künstlich hergestellte Design-Lebensmittel überschwemmen mehr und mehr den Markt. Als Folge kommt es bei vielen Menschen zu einer unausgewogenen Ernährung, Übergewicht und im schlimmsten Fall zu allergischen Reaktionen gegen einzelne Inhaltsstoffe der Nahrungsmittel. Gewinne als Fachberater für Ernährung ein umfangreiches Wissen über die Zusammensetzung von Lebensmitteln und die Gestaltung einer gesunden, ausgewogenen Ernährung. So kannst du deine Schützlinge zu einer gesünderen Lebensweise führen und ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen!

Kreiere dein ganz persönliches Karriereerfolgsrezept mit qualitativ hochwertigen Bildungszutaten und werde Fachberater für Ernährung!

Durch die steigende Relevanz einer gezielten Positionierung und Zielgruppenorientierung in der Fitness- und Gesundheitsbranche rückt der Schlüsselbegriff Spezialisierung besonders in den Vordergrund einer erfolgreichen Karriere. Du kannst dein Pflichtmodul mit der Ernährungsberater A-Lizenz auf einer ganzheitlichen Ebene ergänzen oder deinen Schwerpunkt durch die „Ernährungsberater für Sportler A-Lizenz“ weiter vertiefen. Mit dem Zusatz „Einkaufs- und Lebensmittelberater“ oder der Zielgruppenausrichtung beispielsweise auf Schwangere, Senioren, Vegetarier oder Diabetiker legst du weitere Schwerpunkte für deinen modularen Abschluss. Dir bieten sich vielseitige Möglichkeiten der Abschlussgestaltung, also schöpfe dein volles Potential aus und lege mit der Prüfung zum „Fachberater für Ernährungsberatung“ einen Meilenstein in deiner Karriere!

Voraussetzungen

PFLICHTMODUL	WAHLPFLICHTMODULE NACH QUALIFIKATIONSTUFEN
Ernährungsberater/in B-Lizenz	2x Qualifikationsstufe 4 – Bereich Ernährung
	1x Qualifikationsstufe 5 – Bereich Ernährung
ALTERNATIV: Ernährungsberater/in für Sportler	1x Qualifikationsstufe 2 – Bereich Coaching

Bereits bei der Grundsteinlegung kannst du mit dem Ernährungsberater für Sportler einen ersten Schwerpunkt setzen oder dich für eine breitaufgestellte allgemeinere Ernährungsberater B-Lizenz entscheiden. Aufbauend auf diese Grundqualifikation gestaltest du deine weitere Ausbildung zum Ernährungsberater selbst.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen wird von dir online erbracht.
- Selbstverständlich erkennen wir unseren Anforderungen entsprechende Vorkenntnisse und absolvierte Abschlüsse von dir gerne an – melde dich bei uns, um zu erfahren, welche deiner Vorleistungen angerechnet werden können.
- Nähere Informationen zur Matrix der Module findest du unter www.academyofsports.de
- Möchtest du die vielseitigen Funktionen unseres interaktiven Online Campus nutzen? Dann benötigst du einen Internetzugang mit mind. DSL-Geschwindigkeit!

AUF EINEN BLICK



QUALIFIKATIONSTUFE 5

Prüfung

NACHWEIS Zertifikat

BILDUNGSVARIANTEN

Auf unserer Website findest du nach Tätigkeitsziel vorkonfigurierte Varianten. Buchst du diese als Paket, sparst du bist zu **25%**.

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR VEGETARISCHE ERNÄHRUNG



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7265213
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	12 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat
PRÄSENZPHASE	Keine

Durch Lebensmittelskandale, steigendes Umweltbewusstsein und den Zusammenhang tierischer Produkte und Zivilisationskrankheiten verzichten zunehmend mehr Menschen auf den Genuss von Fleisch. Nicht artgerechte Haltung und Ernährung von Tieren in der Massentierhaltung oder quälende Tiertransporte tragen ebenso dazu bei, dass sich große Teile der Bevölkerung für die vegetarische Lebensweise entscheiden.

Melde dich jetzt zu einer zukunftsfähigen, vielseitigen und spannenden Weiterbildung für Ernährungsberater an!

Das Fernstudium rund um Vegetarismus eignet sich hervorragend als attraktive Weiterbildung für Ernährungsberater, Köche, Mitarbeiter der Lebensmittelbranche sowie Heilpraktiker, Erzieher und all jene, die ihren Kunden helfen möchten, den gewünschten Lebensstil vernünftig und ohne Mangelerscheinungen zu führen.

Inhalte

Lehrskript - Vegetarismus

Einführung in die vegetarische und vegane Ernährung - Definition Vegetarismus - Differenzierung der Ausprägungsformen - Hintergrundinformationen - Geschichte des Vegetarismus - Ausprägung des Vegetarismus - Motive des Vegetarismus - Mythen der vegetarischen Ernährung - Grundlagen der vegetarischen und veganen Ernährung - Die vegetarische Ernährungspyramide - Eiweiße - Fette - Kohlenhydrate - Ballaststoffe - Vitamine - Mengenelemente - Spurenelemente - Bioaktive Substanzen

Lehrskript - Vegetarierberatung

Mögliche Risiken der vegetarischen und veganen Ernährung und deren Behandlung - Fremd- und Schadstoffbelastung bei vegetarischer Ernährung - Vegetarische und vegane Ernährung in speziellen Lebenssituationen - Säuglinge, Kinder und Jugendliche - Schwangere und Stillende - Senioren - Sporternährung - Vegetarische und vegane Ernährung in der Praxis - Die Kennzeichnung - Die Küchenpraxis - Die pflanzlichen Alternativen - Der pflanzliche Tagesplan

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR SCHWANGERE



Eine Schwangerschaft ist eine besondere Zeit für Frauen. Sie sind in freudiger Erwartung und erleben gleichzeitig, wie sich ihr Körper verändert. Im Interesse des Kindes und einer positiv verlaufenden Schwangerschaft achten Frauen besonders auf ihre Gesundheit. Sie wünschen sich eine kompetente Beratung in Ernährungsfragen und Empfehlungen für ein auf ihre besondere Situation abgestimmtes Bewegungsprogramm.

Worauf wartest du? Coache Schwangere auf dem Gebiet der Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft!

Reagiere auf die starke Nachfrage nach Ernährungsberatern in Entbindungskliniken, Gesundheitsbehörden und anderen Einrichtungen. Das Fernstudium „Ernährungsberater/in für Schwangere“ befähigt dich hervorragend für diese Tätigkeit und stellt eine bereichernde Zusatzqualifikation für dich dar.

Inhalte

Lehrskript - Gesundheitsberatung für Schwangere

Körperliche Besonderheiten und metabolische Veränderungen im Schwangerschaftsverlauf - Ernährung während der Schwangerschaft - Hauptnährstoffe, Nahrungsbestandteile und Verdauung - Überblick und wichtige Nährstoffe in der Schwangerschaft - Sekundäre Pflanzenstoffe - Ernährungsmythen in der Schwangerschaft - Frauen in besonderen Ernährungssituationen - Beeinträchtigungen in der Schwangerschaft - Schwangerschaftsprobleme - Risikofaktoren - Die Bedeutung von Sport während der Schwangerschaft - Methoden und Vermittlung in der Ernährungsberatung

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSR. 7251913

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR BABYS UND KLEINKINDER



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	7258713
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	14 Wochen
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung ist in jedem Lebensalter wichtig für die Entwicklung und Leistungsfähigkeit. Der Grundstein für spätere Ernährungsgewohnheiten, vor allem aber für ein optimales Heranwachsen, wird bereits im Säuglings- und Kleinkindalter gelegt. In ihrem Wunsch, ihre Kinder gesund zu ernähren, sind frischgebackene Eltern oftmals überfordert. Eine qualifizierte, auf den Bedarf des Nachwuchses abgestimmte Ernährungsberatung unterstützt sie bei der Auswahl gesunder Lebensmittel und deren Zusammenstellung.

Denke an die Zukunft: Ernährungsberater/in für Babys und Kleinkinder und eine wichtige Stütze für frischgebackene Eltern werden.

Das Fernstudium „Ernährungsberater/in für Babys und Kleinkinder“ befähigt dich zur Erfüllung dieser wichtigen Aufgabe und stellt somit eine wertvolle Weiterbildung für Ernährungsberater, Personal und Fitnesstrainer, Heilpraktiker, Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger, medizinische Fachangestellte, Erzieher, Präventionsassistenten, Familienpfleger, Tagesmütter sowie Sportwissenschaftler, Sport- und Gymnastiklehrer dar.

Inhalte

Lehrskript - Säuglingsernährung

Einführung in die Säuglingsernährung - Erste Ernährungsphase: ausschließliche Milchnahrung - Zweite Ernährungsphase: Einführung in die Beikost - Dritte Ernährungsphase: Übergang zur Familienkost

Lehrskript - Kleinkindernahrung

Einführung in die Kleinkindernahrung - Praktische Umsetzung der Kleinkindernahrung anhand von Beratungsmodellen - Entwicklung des Essverhaltens - Ernährungsmitbedingte Erkrankungen - Lebensmittelrechtliches in der Säuglings- und Kleinkindernahrung - Service

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR SENIOREN



Es ist eine natürliche Entwicklung, dass die Muskulatur des Körpers mit zunehmendem Alter abnimmt, während der Fettanteil steigt. Gleichzeitig verringert sich aufgrund zunehmender Immobilität der Energiebedarf des Körpers. Dagegen werden mit steigenden Lebensjahren einzelne Nährstoffe vermehrt benötigt. Senioren brauchen daher eine spezielle auf die altersspezifischen Anforderungen abgestimmte Ernährung.

Erfolgsrezept Weiterbildung: mach dich schlau und halte deine Kunden fit im Alter!

Das Fernstudium zum Ernährungsberater für Senioren ist eine zukunftsorientierte Weiterbildung für Ernährungsberater, Mitarbeiter in Krankenhäusern, Arztpraxen, mobilen Pflegediensten oder Seniorenwohneinrichtungen sowie für generell Interessierte an einer Tätigkeit als Fachberater für Seniorenernährung.

Inhalte

Lehrskript - Seniorenberatung

Senioren - Definition - Altersveränderungen - Empfehlungen für eine altersangepasste Ernährung - Mangel- und Unterernährung - Ernährungsbedingte und ernährungsrelevante Erkrankungen im Alter - Demenz und Ernährung - Spezielle Situationen bei der altersgerechten Ernährung

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7264213

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR SPORTLER

Einen Pfeiler des Erfolges stellt regelmäßiges Training dar. Den anderen bildet mit vergleichbarer Relevanz eine der jeweiligen Sportart angepasste Ernährung. Insbesondere die jeweilige Ernährungszusammenstellung während der Trainingsphase, in Wettkampfsituationen und in der Regenerationszeit unterstützt den erwünschten Trainings- und Wettkampferfolg!

Weiterbildung in Sporternährung gefällig? Lege heute schon los und sichere dir deine attraktive Zusatzqualifikation in optimaler Sportlerernährung!

Als Sporternährungsberater betreust du mit umfassendem Know-how Sportler verschiedener Niveaus in diversen Sporteinrichtungen, indem du ihnen zu einer, ihrem Trainingsprogramm angemessenen, Ernährung verhilfst. Ernährungstrainer kannst du bequem in deinem eigenen Tempo mit unserem Sporternährung-Fernstudium werden.

Inhalte

Lehrskript - Sporternährung

Ernährungsphysiologische Vertiefung - Sportartenspezifische Ernährung - Grundlagen der Leistungskost - Sportartenspezifische Anforderungen an die Ernährung - Trainingsphase - Vorwettkampfphase - Wettkampfphase - Nachwettkampfphase - Sportartenspezifische Ernährungsstrategien - Nahrungsergänzungen (Supplements) - Nahrungsergänzungsmittel und ihre Verwendung im Sport - Leistungsfaktoren im Sport - Das Körpergewicht - Körperfettanteil im Sport - Kurzübersicht an Diäten - Kennzeichnung und Grundsätze der Vollwertkost - Essstörungen - Wichtige Merkmale zur Diagnostik von Essstörungen - Flüssigkeitsaufnahme im Sport - Gesprächsführung in der Ernährungsberatung - Der Beratungsprozess - Kommunikation im Beratungsgespräch

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährung C-Lizenz
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Wenn du bereits das Fernstudium Ernährungsberater B-Lizenz absolviert hast, kannst du dir die Präsenzphase anerkennen lassen.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7208711

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 4 Live-Online-Seminare à 3 Stunden

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR NAHRUNGS- ERGÄNZUNGSMITTEL

Fitness, Gesundheit und Leistungsfähigkeit haben in der modernen Gesellschaft einen hohen Stellenwert und in diesem Zusammenhang auch die Versorgung mit Vitaminen, Mineralien und anderen Zusatzstoffen. Viele Menschen interessieren sich zur kognitiven und sportlichen Leistungssteigerung, zur Ergänzung verzichtender Ernährungsformen und zum Vorbeugen von Mangelerscheinungen sehr für Nahrungsergänzungsmittel (NEM).

Werde Ernährungsberater/in für Nahrungsergänzungsmittel und versorge deine Kunden mit allem Wissen, das sie brauchen!

Als Ernährungsberater/in für Nahrungsergänzungsmittel klärst du Kunden in Ernährungsberatungsstellen, Kur- und Rehakliniken sowie Fitnessseinrichtungen über Nutzen und Risiken dieser Ergänzungsmittel auf. Das Fernstudium zum Supplementcoach stellt eine sinnvolle Weiterbildung für Ernährungsberater, Ernährungswissenschaftler und Personal Trainer dar.

Inhalte

Lehrskript - Allgemeine Aspekte der Nahrungsergänzungsmittel

Allgemeine Aspekte - Nahrungsergänzungsmittel aus ernährungsphysiologischer Sicht - Darreichungsformen von Nahrungsergänzungen - Empfehlungen für Bevölkerungsgruppen - Risikogruppen für Nahrungsergänzungsmittel

Lehrskript - Nahrungsergänzungsmittel: Spezifische Nährstoffe

Proteine und Aminosäuren - Vitamine und Mineralstoffe - Phospholipide und Fettsäuren - Sonstige Nährstoffe

Lehrskript - Nahrungsergänzungsmittel im Sport

Kohlenhydrate und Weight Gainer - Aminosäuren - Fettsäuren - Nahrungsergänzungen für Kraft- und Muskelaufbau - Nahrungsergänzungen für beschleunigten Fettabbau - Sonstige populäre Nahrungsergänzungsmittel - Supplementstrategien - Fallbeispiele zur Anwendung von Nahrungsergänzungsmittel in der Praxis

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7251613

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 2 Stunden

ERNÄHRUNGSBERATER/IN FÜR SPORTLER A-LIZENZ



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 4)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7270113

ANERKENNUNG von der Staatlichen
Zentralstelle für
Fernunterricht geprüft
und zugelassen

DAUER 9 Monate

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 2 Live-Online-
Seminare à 3 Stunden

Leistungssportler, ob im Amateur- oder im Profisport, benötigen neben einem sportartspezifischen Training eine ideal auf Sportart, Trainingssituation und persönliche Konstitution abgestimmte Ernährung. Erst die richtige Kombination von Wettkampfernährung und Trainingsprogramm trägt zu der für sportliche Erfolge erforderlichen Leistungsoptimierung bei.

Das harmonische Verhältnis von Training und Ernährung ist eine Schlüsselkompetenz im Leistungssport – vermittele sie deinen Kunden als Ernährungscoach und Ernährungsberater/in für Sportler A-Lizenz!

Als Ernährungsberater für Leistungssportler verfügst du über fundierte Fachkenntnisse auf dem Gebiet der Sporternährung. Mit diesem Fernstudium erhältst du neue Perspektiven für deine Tätigkeit in der Sport- und Fitnessbranche. Du stehst Leistungssportlern in Sportvereinen, Sportschulen, Verbänden sowie in Fitnessstudios und anderen Sport- und Gesundheitseinrichtungen oder als Personal Trainer in Bezug auf Trainings- und Ernährungsprogramme beratend zur Seite.

Inhalte

Lehrskript - Ernährungsphysiologische Vertiefung

Funktionen der Verdauung - Ausgewählte Aspekte zu Nahrungsaufnahme, Hunger und Sättigung - Hormonelle Regulationsmechanismen - Nährstoffe und Säure-Base-Haushalt - Epidemiologie und Statistik - Methoden der Ernährungserhebung - Alternative Ernährungsformen - Funktionelle Lebensmittel

Lehrskript - Vertiefende Sporternährung 1

Energiebereitstellung - Hydratationsstatus - Festlegung der Energieverteilung - Grundlagen einer Ernährungsstrategie - „Nutrient-Timing“

Lehrskript - Vertiefende Sporternährung 2

Ernährungsstrategien für spezielle Situationen - Psychologie und Sporternährung - Arbeiten als Fachberater für Ernährung

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse des Ernährungsberaters für Sportler
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

BERATER/IN FÜR DIABETES

Seit Beginn der Aufzeichnung über die Verbreitung von Diabetes mellitus ist eine ständig steigende Anzahl der Stoffwechselerkrankung zu beobachten. Jährlich kommen etwa 20.000 Neuerkrankungen hinzu. Der moderne Lebenswandel im Bezug auf Ernährungs- und Bewegungsverhalten ist einer der Hauptgründe hierfür. Mit der steigenden Zahl der Diabetesfälle wächst auch der Bedarf an kompetenten Beratungskräften.

Melde dich direkt an und werde Diabetescoach!

Die Ausbildung zur Diabetesprävention absolvierst du bei uns als Fernstudium, durch das du eine aktualitätsbezogene und spannende Zusatzqualifikation für deine Karriere in der Fitness- und Gesundheitsbranche erwirbst. Ob Ernährungsberater, Personal oder Fitnesstrainer, Lehrer oder Pflegekraft, diese interessante Weiterbildung ist für jeden geeignet, der seinen Kunden bei der Diabetesvorbeugung und richtigen Handhabung dieser Krankheit helfen möchte.

Inhalte

Lehrskript - Diabetesberatung

Einführung in die Thematik Diabetes mellitus in Deutschland - Medizinische Grundlagen - Spezielle Anatomie und Physiologie - Diabetesarten - Diabetes mellitus Ursachen, Folgen und Komplikationen - Metabolisches Syndrom - Diabetischer Stoffwechsel - Kohlenhydratstoffwechsel - Insulinresistenz - Akute Komplikationen - Symptomatologie und Diagnostik - Risikoabschätzung/ Anzeichen für Diabetes - Diagnose und Parameter - Risikotest - Behandlung des Diabetes - Ernährungsempfehlungen - Leitlinien und Ernährungstherapie - Einführung und Vorstellung der medikamentösen Behandlung - Alltag und Umgang mit Diabetes - Trainingsempfehlungen - Diabetes und Sport - Konsequenzen für den Diabetiker - Ausdauertraining - Krafttraining - Gewichtsreduktion

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Ernährungsberater B-Lizenz oder des Ernährungsberaters für Sportler
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7255713

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

TEAM

MANAGEMENT



BERND BRITTNER
Betriebswirt / Ausbilder nach AEVO



DANIELA DEVCIC
Dipl. Betriebswirtin



TORSTEN FORBERG
Doktor der Staats- und Wirtschaftswissenschaften / Dipl. Betriebswirt



JAN KLEIN
M. A. Gesundheitsförderung / Betrieblicher Gesundheitsmanager



NIKOLAS NIEHARDT
M.A. Gesundheitsökonomie / Lehramt Sport



HILMAR SCHÖNTHALER
Dipl. Betriebswirt / Heilpraktiker



MARTIN SUTORIS
Dipl. Kulturwissenschaftler /
Kommunikationstrainer / Mentalcoach

INHALTE MANAGEMENT

FITNESSMANAGEMENT

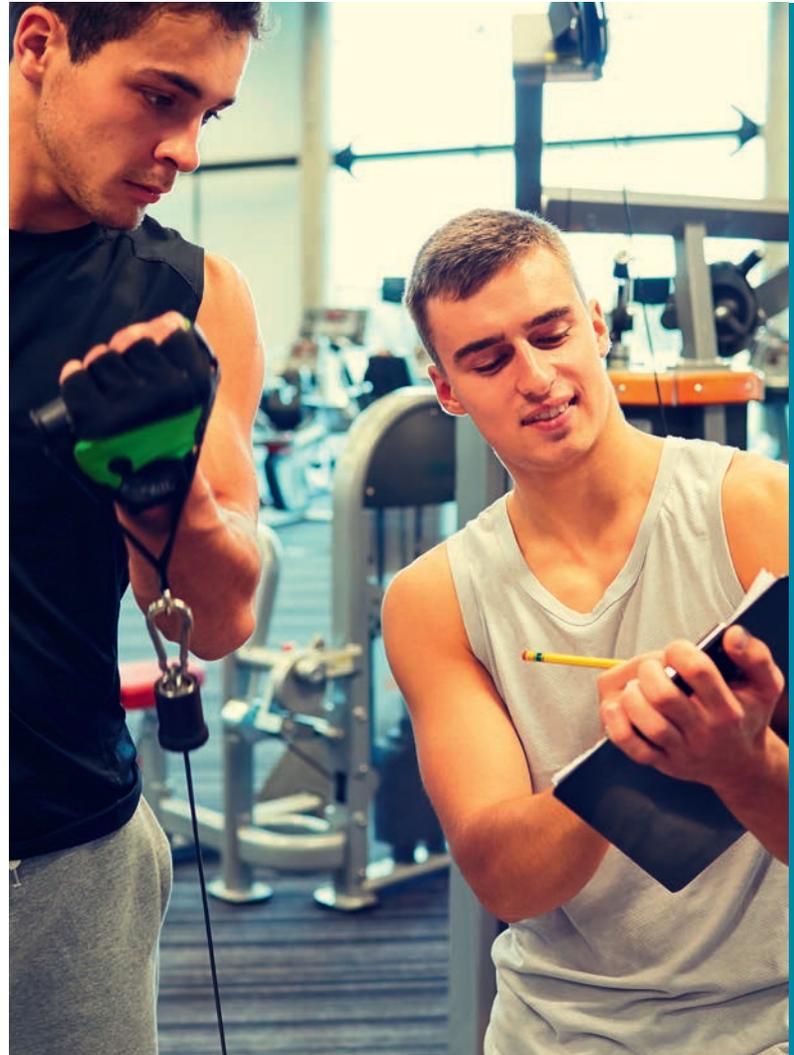
- › Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM) – 82
- › Betrieblicher Gesundheitsmanager – 83
- › Fitnessstudiomanagement – 84
- › Vertriebs- und Servicemanagement für Fitnessstudios – 85
- › Marketingmanagement für Fitnessstudios – 86
- › Qualitätsmanagement für Fitnessstudios – 87
- › Wellness- und Spa-Management – 88

IHK-ABSCHLÜSSE

- › Geprüfte/r Fitnessfachwirt/in (IHK) – 89
- › Geprüfte/r Fachwirt/in für Prävention- und Gesundheitsförderung (IHK) – 90
- › Geprüfte/r Fachwirt/in im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK) – 91
- › Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK) – 92

COACHING

- › Kommunikation und Beratung – 93
- › Stress- und Burnout-Coach – 94
- › Sportmentaltrainer/in – 95



FACHKRAFT FÜR BETRIEBLICHES GESUND- HEITSMANAGEMENT (BBGM)



Langes Sitzen, ungesundes Snacken und ständiger Leistungsdruck im Arbeitsalltag können zu gravierenden Folgeschäden und Erkrankungen führen, indem sie die Gesundheit maßgeblich beeinträchtigen. Der Wunsch nach einem gesünderen Lebensstil und mehr Lebensqualität begünstigt den derzeitigen Boom der Fitness- und Gesundheitsbranche daher nachvollziehbar.

Melde dich an und öffne das Tor in deine berufliche Wunschzukunft!

Reagiere jetzt auf das gesteigerte Bedürfnis nach einer gesellschaftsübergreifend geforderten Verbesserung der Gesundheitssituation und wähle eine zukunftsfähige Karriere in der Gesundheitsbranche! Wir bilden dich im Fernstudium „Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM)“ zu einem BGM-Experten aus und geben dir das erforderliche Know-how an die Hand, Gesundheit, Lebensfreude und Motivation in das Leben deiner Kunden zu bringen! Diese Weiterbildung ist sowohl von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) als auch vom Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM) zugelassen.

Inhalte

Lehrskript - Grundlagen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Entstehung von Gesundheit - Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)

Lehrskript - Handlungsfelder des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Arbeits- und Unfallschutz - Fehlzeitenmanagement - Ergonomie - Sport- und Bewegungsprogramme - Ernährung am Arbeitsplatz - Stressmanagement - Work-Life-Balance - Demografischer Wandel in der Arbeitswelt - Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) - BGM in Klein- und Mittelunternehmen (KMU)

Lehrskript - Praktische Umsetzung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Praktische Umsetzung im Unternehmen - Externe Dienstleister im BGM - Praxisbeispiele

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Dieses Fernstudium berechtigt zur Prüfung „Fachkraft Betriebliches Gesundheitsmanagement“ beim Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM) – nähere Informationen zum Ablauf und den Prüfungsvoraussetzungen erfährst du auf unserer Website www.academyofsports.de oder jederzeit gerne von unserer Studienbetreuung.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7216610

ANERKENNUNG – von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
– anerkannt vom Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

BETRIEBLICHE/R GESUNDHEITSMANAGER/IN (BBGM)



Die gesundheitsförderliche Gestaltung betrieblicher Prozesse und Strukturen sowie der Arbeitsbedingungen und Arbeitsplätze in einem Unternehmen verringert die Belastung der Mitarbeiter und optimiert damit gleichzeitig Leistungsfähigkeit, Lebensqualität und Motivation. Gesunde, energetische Mitarbeiter wiederum sind eine wichtige Voraussetzung für den Unternehmenserfolg. Viele Unternehmen haben diese Grundsätze erkannt und das Betriebliche Gesundheitsmanagement in ihre Firmenphilosophie aufgenommen und streben eine Zertifizierung nach DIN SPEC 91020 an. Damit verbunden ist ein starker Anstieg der Nachfrage nach kompetenten BGM-Fachkräften.

Gesunde Mitarbeiter sind die besten Mitarbeiter! Setze dich für mehr Gesundheitsförderung im Unternehmen ein und verpasse deiner Karriere mit der Ausbildung zum Gesundheitsmanager einen echten Powerschub!

Im Fernstudium „BGM“ erwirbst du die Qualifikation zur Organisation des Gesundheitsmanagements in einem Unternehmen. Der Lehrgang zum Gesundheitsmanager ist interessant für Fach- und Führungskräfte, die eine professionelle Tätigkeit im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements anstreben.

Inhalte

Lehrskript - Leitlinien des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Theoretische Grundlagen - BGM-Gestaltungsrahmen - DIN SPEC 91020 - Qualitätskriterien - Das Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG) - Sozialgesetzbücher - Datenschutz und Gesundheitsdaten - Aktuelle BGM-Praxis in Organisationen - BGM gestalten - Ersterfassung der Gesundheitssituation - Konzeptentwicklung - Bedarfsermittlung - Bedarfsgerechte Maßnahmenumsetzung - Evaluation der Maßnahmen - Instrumente des BGM

Lehrskript - Strategien des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Theoretische Grundlagen zum BGM - Gesundheit im Unternehmen entwickeln - Organisationsentwicklung - Projektmanagement - Ressourcen-Management - Der PDCA-Zyklus - Kommunikation - BGM-Berechnung - Die Balanced Scorecard - Nachhaltigkeit sicherstellen - Praktische Umsetzung

Voraussetzungen

- Inhaltliche Kenntnisse der Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Dieses Fernstudium berechtigt zur Prüfung "Betriebliche/r Gesundheitsmanager/in" beim Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement (BBGM) – nähere Informationen zum Ablauf und den Prüfungsvoraussetzungen erfährst du auf unserer Website www.academyofsports.de oder jederzeit gerne von unserer Studienbetreuung.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 5

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 4)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7289915

ANERKENNUNG – von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
– anerkannt vom Bundesverband Betriebliches Gesundheitsmanagement

DAUER 6 Monate

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

FITNESSSTUDIO- MANAGEMENT



Für ein erfolgreich geführtes Fitnessstudio bedarf es über qualifiziertes Trainingspersonal hinaus einer leistungsfähigen und organisationsstarken Leitung. In modernen Fitnessclubs mit vielfältigem Angebot rund um Fitness und Gesundheit werden kaufmännische und organisatorische Aufgaben immer komplexer. Um ein vielseitiges Unternehmen mit einem breiten Spektrum an Kontakten und Anforderungen erfolgreich führen zu können, ist daher eine betriebswirtschaftliche Ausbildung von wesentlicher Bedeutung, um wirtschaftliche Zusammenhänge erkennen und erfolgreich nutzen zu können.

Worauf wartest du? Werde Fitnessstudiomanager!

Als Manager in der Fitnessbranche leitest du Fitness- und Gesundheitseinrichtungen sowie Wellness- und Sportabteilungen in Hotels, Kur- und Rehakliniken. Das Fernstudium zum Fitnessstudioleiter stellt eine hohe fachliche Qualifizierung für leitendes Personal sowie Inhaber in Fitnessanlagen dar.

Inhalte

Lehrskript - Fitnessstudiomanagement

Fitnessanlagen - Aktuelle Situation/Gesamtmarkt - Allgemeine Entwicklungen - Spezielle Entwicklungen - Reha-Vereine - Abrechnungsmöglichkeiten mit Krankenkassen - Qualitätsmanagement - Ziele und Visionen / Philosophie - Leitfäden und Stellenbeschreibungen - Hausordnung - Qualitätsmanagementsysteme für Fitnessanlagen - Ablauforganisation - Interessenten - Kundenstruktur - Kundennutzen - Kundenzufriedenheit - Beschwerde-Management - Atteste - Kündigungen - Software / EDV - Betriebswirtschaftliche Aspekte in der Fitnessbranche - Spezielles Controlling im Fitnessbereich - Rechtliche Aspekte im Fitnessbereich - Standort - Mitbewerberanalyse

Lehrskript - Funktionsbereiche im Fitnessstudio

Studioleitung/Geschäftsführung - Mitarbeiter - Personalplanung - Umsatzplanung - Kostenplanung - Investitionsplanung - Rentabilitätsplanung - Liquiditätsplanung - Marketing/Werbung/Vertrieb - Risikoanalyse - Auslastung einer Fitnessanlage - Rezeption/Service/Theke - Fitnessfläche - Kursbereich - Kinderbetreuung - Wellness / Spa

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiodauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7258313

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

VERTRIEBS- UND SERVICEMANAGEMENT FÜR FITNESSSTUDIOS



Wer großen Wert auf seine Gesundheit legt, wünscht sich eine kompetente, qualitativ hochwertige und hervorragend ausgestattete Fitnessseinrichtung. Wichtige Auswahlkriterien für Neukunden sind abwechslungsreiche Angebote, qualifiziertes Trainingspersonal, ein ansprechendes Ambiente, Sauberkeit und Professionalität. Kundenorientierte Serviceleistungen steigern zusätzlich die Attraktivität des Fitnessstudios. Service und Vertrieb beginnen bereits am Empfang, wo Interessenten und Kunden abgeholt und weiter betreut werden.

Los geht's: Vertriebs- und Servicekraft für Fitnessstudios werden und neues Fachwissen und gewinnbringende Fähigkeiten fürs Leben adaptieren!

Als Vertriebs- und Servicefachkraft im Fitnessstudio erfüllst du vielseitige Aufgaben von der Begrüßung über Supplementberatung und -verkauf bis hin zu Vertragsabschlüssen. Lager-, Beschwerde- und Hygienemanagement gehören ebenso zu deinem Tätigkeitsfeld wie die individuelle Kursempfehlung und Beratung der Mitglieder.

Inhalte

Lehrskript - Vertrieb

Grundlagen des Vertriebs Erfolgs - Entwicklung eines Vertriebskonzeptes - Situationsanalyse - Festlegung von Vertriebszielen - Entwicklung der Vertriebsstrategie (Kundenselektion: demografisch, sozio-ökonomisch etc.) - Erarbeiten von Vertriebsplänen - Errechnung des Vertriebsbudgets - Planung von Kontrollmaßnahmen - Grundlagen des Verkaufs - Bedeutung Verkauf - Erfolgreiches Verkaufen - Neukundengewinnung - Verkaufspsychologie - Elemente der Verkaufstechnik - Verkaufsnachbereitung

Lehrskript - Verkauf und Service im Fitnessstudio

Grundlagen Servicemanagement - Servicestrategien - Kommunikation im Service - Zeitdefinitionen - Beschwerdemanagement - Richtig telefonieren - Warum kauft ein Kunde? Kunden-/Klientenerwartungen - Die Elemente des Verkaufs in Fitnessanlagen - Funktionen der Freizeit - Der aktive Verkauf - Der persönliche Verkauf in Fitnessanlagen - Einkauf- und Warenwirtschaft im Fitnessbereich/Lagerhaltung - Einkaufskonditionen und Zahlungsbedingungen - Optimale Bestellmenge und -zeitpunkt - Annahmen von Warenlieferungen - Lager (Lagerart, Lagerung, Überwachung) - Hygiene- (management) - Basishygiene - Reinigung und Desinfektion - Hygieneanforderungen - Wellness, Sauna und Solarium

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSR. 7270813

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

MARKETINGMANAGEMENT FÜR FITNESSSTUDIOS



Neben der Steigerung der persönlichen Fitness und dem Ausgleich zum stressigen Berufsleben mit seinen oft einseitigen Belastungen ist die Geselligkeit ein weiteres Kriterium, das Besucher und Abonnenten an Fitnessstudios schätzen. Die starke Verbreitung des Fitnesstrends führte in den vergangenen Jahren zu einem Boom in der Branche. In der Folge eröffneten zahlreiche Fitness- und Wellnesseinrichtungen, sodass ein massiver Wettbewerb entstanden ist. Um sich auf dem umkämpften Markt behaupten zu können, benötigen moderne Fitnessstudios neben kundenorientierten Serviceleistungen und einer optimalen Ausstattung auch innovative Marketingkonzepte.

Absolviere deine Fitnessstudio-Marketingmanager-Ausbildung per Fernstudium und sichere dir die beste Position auf dem Fitnessmarkt!

Das Fernstudium „Marketing für Fitnessstudios“ richtet sich an Leitungspersonal und Mitarbeiter in Fitness-, Sport- und Gesundheitseinrichtungen, die ihre beruflichen Kompetenzen erweitern und professionelle, kreative Marketingkonzepte entwickeln möchten. Darüber hinaus ist die Ausbildung zum Marketingmanager interessant für Werbefachleute mit Interesse an Aufträgen aus der Fitnessbranche.

Inhalte

Lehrskript - Marketing

Grundlagen - Marktanalyse und Marktforschung - Marketingziele und Leitbild - Marketingstrategien - Der Marketingplan - Marketingmix - Marketingcontrolling

Lehrskript - Marketingmanagement für Fitnessstudios

Marketingplanung in der Fitnessbranche - Der Marketingmix in der Fitnessbranche - Marketing- und Werbemöglichkeiten in der Fitnessbranche - Vorbereitung, Durchführung und Controlling des geplanten Marketingkonzeptes - Fallbeispiel 1: Discount-Studio - Fallbeispiel 2: Premiumstudio - Fallbeispiel 3: Medizinisch ausgerichtetes Studio - Musterlösungen zu den Fallbeispielen

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiodauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7245912

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

QUALITÄTSMANAGEMENT FÜR FITNESSSTUDIOS



Wie in allen Bereichen von Wirtschaft und Verwaltung gewinnt auch im Fitnessbereich das Qualitätsmanagement zunehmend an Bedeutung. Daher sieht die DIN-Norm 33961 spezielle Qualitätsvorgaben für Fitnessstudios, Sport- und Rehakliniken vor. Aufgrund der Vielzahl von Anbietern auf dem Markt trägt eine Zertifizierung nach DIN-Norm 33961 zur Kundengewinnung und Kundenbindung bei. Sie überzeugt Interessenten von qualifizierten Trainingsleistungen, einer anspruchsvollen Ausstattung mit Sportgeräten und einem attraktiven Ambiente.

Sorge für mehr Qualität in deinem Lebenslauf und werde QM-Beauftragter für Fitnessstudios!

Dieser spezielle DIN-Norm 33961-Kurs richtet sich an Mitarbeiter im Servicebereich von Fitnessstudios sowie an Führungs- und Fachkräfte in Gesundheits- und Fitness-einrichtungen. Insbesondere Mitarbeiter von Studios und Finesseinrichtungen, in denen die Einführung eines Qualitätsmanagements geplant ist, eignen sich für die Weiterbildung im Qualitätsmanagement für Fitnessstudios.

Inhalte

Lehrskript - Qualitätsmanagement

Grundlagen des Qualitätsmanagements - Aufbau des Qualitätsmanagementsystems - Entwicklung und Einführung eines Qualitätsmanagementsystems - Bestandteile des Qualitätsmanagements - Bewertung von Qualitätsmanagementsystemen - Totales Qualitätsmanagement und Business Excellence

Lehrskript - Qualitätsmanagement für Fitnessstudios

Qualitätsmanagement-System im Gesundheitswesen - Fitness-Studio „Fit & Gesund GmbH“ - Qualitätsmanagement ist eine Führungsaufgabe - Aufbauorganisation und Prozesslandschaft der Fit & Gesund GmbH - Aufgaben des Qualitätsmanagement-Beauftragten - Exkurs: Qualitäts- und Managementwerkzeuge - Qualitätsmanagement ist Team-Arbeit - Prozessmanagement - Dokumentation im Qualitätsmanagement - Infrastruktur und Arbeitsumgebung - Lieferanten und Dienstleister - Interne Audits - Zertifizierung - Zertifizierung erreicht - jetzt geht das Qualitätsmanagement-System richtig los

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7260613

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden

WELLNESS- UND SPA-MANAGEMENT

Noch schnell Besorgungen machen, im Stau stehen, immer erreichbar bleiben – wer sehnt sich im leistungsdruck- und terminbelasteten Alltag nicht nach Ruhe, Wärme und Entspannung? Wellnessanlagen und Spa-Bereiche sind Inseln des Wohlbefindens, wo man sich fallenlassen, ausruhen und neue Kraft schöpfen kann. Eine verspannungslindernde Massage hier, eine reinigende Gesichtsbehandlung da, in der Sauna Stress herauschwitzen und Kreislauf stärken und besonders viel Komfort für die Seele obendrein – kein Wunder, dass solche Ruheorte immer beliebter und gefragter werden.

Erwirb im Fernstudium „Wellness- und Spa-Management“ spezifische Kenntnisse für die profitable und serviceorientierte Leitung von Wellness- und Spa-Einrichtungen!

Als Wellness- und Spa-Manager bist du beispielsweise in Hotels, Fitness- und Rehaanlagen für den Wellness- und Spa-Bereich verantwortlich und verhilfst ihm mit deinem umfangreichen Fachwissen zu seinem maximalen Potential. Sorge dafür, dass deine Gäste sich wohlfühlen, gerne wiederkommen und die Qualität auf höchstem Niveau bleibt.

Inhalte

Lehrskript - Wellness- und Spa-Management

Wellness Grundlagen - Operatives Spa Management - Spezielle betriebswirtschaftliche Aspekte - Spa Ausstattung

Lehrskript - Funktionsbereiche im Wellness- und Spa-Management

Qualitätsmanagement - Service & Dienstleistung/Kommunikation - Marketing - Personalmanagement

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7277314

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE Keine

GEPRÜFTE/R FITNESSFACHWIRT/IN (IHK)



Die Fitness- und Gesundheitsbranche ist vielseitig und facettenreich. Kontinuierliche Innovationen und neue Trends gestalten sie ständig neu und entwickeln sie weiter. Um diesem flexiblen Wandel entsprechen zu können, suchen zahllose Unternehmen der Branche nach kompetentem Fachpersonal mit hoher Qualifikation.

Komplett im Fernstudium zum IHK-Fitnessfachwirt – bilde dich weiter und übertriff dich selbst!

Nutze mit dem modularen Fernstudium zum Fitnessfachwirt (IHK) deine Chance, diesen Bedürfnissen gerecht zu werden! Positioniere dich gewinnbringend am Arbeitsmarkt, schöpfe dein volles Potential aus und erweitere deine Kompetenzen mit einem Abschluss auf Bachelor-Niveau!

Inhalte

INHALTE ZUGANG 1 (INKL. WIRTSCHAFTSBEZOGENE QUALIFIKATIONEN)

Volkswirtschaftslehre (VWL) - Unternehmensgründung - Betriebswirtschaftslehre (BWL) - Recht - Personalwirtschaft - Grundlagen des Rechnungswesens

ZUGANG 2 = INHALTE ZUGANG 1 + DIE FOLGENDEN AUFGEFÜHRTE INHALTE

Funktionelle Anatomie - Sportphysiologie - Trainings- und Bewegungslehre - Fitness-training - Berufspraxis im Fitnesstraining - Übungskatalog „Fitness“ - Sportrehabilitation - Rückentraining - Grundlagen der Ernährung - Grundlagen der Nährstoffe - Sporternährung - Ausdauertraining - Cardiotraining - Vertrieb - Verkauf und Service im Fitnessstudio - Marketing - Marketingmanagement für Fitnessstudios - Fitnessstudiomangement - Funktionsbereiche im Fitnessstudio

Voraussetzungen

- Gültiger „Erste-Hilfe-Schein“ (mind. 8 UE) – kann nachgereicht werden
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- **ZUGANG 1:** Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- **ZUGANG 2:** Inhaltliche Kenntnisse der Wirtschaftsbezogenen Qualifikationen

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium (Zugang 2) teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.



HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Im Rahmen dieses Fernstudiums erhältst du folgende Abschlüsse:
Fitnesstrainer/in B-Lizenz; Fachtrainer/in für Rückentraining; Fachtrainer/in für Sportrehabilitation; Ernährungsberater/in für Sportler; Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training; Fitnesstrainer/in A-Lizenz; Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK (nur Zugang 1); Möchtest du obendrein kompetenter Ausbilder werden? Dann mache den AdA-Schein (Ausbildung der Ausbilder) gleich kostenlos dazu!
- Sollte dein Ziel die öffentlich-rechtliche Prüfung „Geprüfte/r Fitnessfachwirt/in (IHK)“ sein, findest du die gesonderten Prüfungsvoraussetzungen auf unserer Website.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 5)

Fernstudium

ZUGANG 1 – INKL. WIRTSCHAFTSBEZ. QUALI.

ZULASSUNGSR.	596615, 596515
DAUER	18 Monate
PRÄSENZPHASE	2 Tage vor Ort 13 Live-Online-Seminare à 3 Stunden 4 x ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

ZUGANG 2 – OHNE WIRTSCHAFTSBEZ. QUALI.

ZULASSUNGSR.	596515
DAUER	11 Monate
PRÄSENZPHASE	2 Tage vor Ort 9 Live-Online-Seminare à 3 Stunden 3 x ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

ALLGEMEIN

ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen, anerkannt vom Deutschen Behindertensportverband
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis

GEPRÜFTE/R FACHWIRT/IN FÜR PRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG (IHK)

Blickt man in der Geschichte zurück, so kann man wohl kaum einen größeren Wandel des Lebensstils und der gesellschaftlichen Strukturen finden, als in der vergleichsweise kurzen Zeit des vergangenen Jahrhunderts. Das Arbeitsleben hat sich zu großen Teilen ins Büro verlagert, das Internet eröffnet neue Dimensionen des Komforts und medizinische Fortschritte steigern die durchschnittliche Lebenserwartung.

Ob unsere institutseigene oder die öffentlich-rechtliche Abschlussprüfung der IHK – wir machen dich für beide fit und dadurch zu einem absoluten Experten auf dem Fachgebiet der Gesundheit!

Mit einer Weiterbildung in Prävention und Gesundheitsförderung reagierst du clever auf diese Entwicklungen, denn sie ziehen enorme Folgen nach sich: jeder Fortschritt birgt gewisse Risiken wie in diesem Fall beispielsweise Zivilisationskrankheiten aufgrund von Haltungsschäden und Bewegungsmangel. Um diesen Trends entgegenzuwirken, sind fachkompetente Experten gefragt, die das Gesundheitssystem mit Geschick, tiefgreifendem Wissen und breitaufgestellten Fähigkeiten beeinflussen.

Inhalte

INHALTE ZUGANG 1 (INKL. WIRTSCHAFTSBEZOGENE QUALIFIKATIONEN)

Volkswirtschaftslehre - Unternehmensgründung - Betriebswirtschaftslehre - Recht - Personalwirtschaft - Rechnungswesen

ZUGANG 2 = INHALTE ZUGANG 1 + DIE FOLGENDEN AUFGEFÜHRTEN INHALTE

VWL und BWL im Gesundheitswesen - Managementmethoden im Gesundheitswesen - Prävention und Gesundheitsförderung - Funktionelle Anatomie - Sportphysiologie - Trainings- und Bewegungslehre - Fitnesstraining - Berufspraxis im Fitnesstraining - Cardiotraining - Grundlagen der Ernährung/Nährstoffe - Ernährungsberatung - Stress und Entspannung - Entspannungsverfahren

Voraussetzungen

- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Gültiger „Erste-Hilfe-Schein“ (mind. 8 UE) – kann nachgereicht werden
- **ZUGANG 1:** Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- **ZUGANG 2:** Inhaltliche Kenntnisse der Wirtschaftsbezogenen Qualifikationen

Solltest du nicht über die Voraussetzungen verfügen und dennoch an dem Fernstudium (Zugang 2) teilnehmen wollen, nimm bitte Kontakt zu uns auf.

! HINWEISE

- Die Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Im Rahmen dieses Fernstudiums erhältst du folgende Abschlüsse:
Fitnesstrainer/in B-Lizenz; Ernährungsberater/in B-Lizenz; Fachtrainer/in für Herz-Kreislauf-Training; Wirtschaftsbezogene Qualifikationen (IHK) (nur Zugang 1); Möchtest du obendrein kompetenter Ausbilder werden? Dann mache den AdA-Schein (Ausbildung der Ausbilder) gleich kostenlos dazu!
- Sollte dein Ziel die öffentlich-rechtliche Prüfung „Geprüfte/r Fachwirt/in für Prävention und Gesundheitsförderung (IHK)“ sein, findest du die gesonderten Prüfungsvoraussetzungen auf unserer Website.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 5)

Fernstudium

ZUGANG 1 – INKL. WIRTSCHAFTSBEZ. QUALI.

ZULASSUNGSR. 596016

DAUER 18 Monate

PRÄSENZPHASE 4 Tage vor Ort

10 Live-Online-Seminare à 3 Stunden
3 x ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

ZUGANG 2 – OHNE WIRTSCHAFTSBEZ. QUALI.

ZULASSUNGSR. 596016

DAUER 11 Monate

PRÄSENZPHASE 4 Tage vor Ort

6 Live-Online-Seminare à 3 Stunden
2 x ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

ALLGEMEIN

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

GEPRÜFTE/R FACHWIRT/IN IM GESUNDHEITS- UND SOZIALWESEN (IHK)



Als Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen IHK erfüllst du administrative Aufgaben in einem stark von Wachstum geprägten Dienstleistungsbereich. Der Bedarf an Gesundheitsdienstleistungen, Pflege und der Erfüllung vielseitiger sozialer Aufgaben in unserer Gesellschaft steigt zunehmend. Neben dem wachsenden Anteil älterer Menschen in unserer Gesellschaft tragen auch der Abbau öffentlicher Leistungen im Sozial- und Gesundheitswesen und Einsparungen der Sozialversicherungen dazu bei, dass betriebswirtschaftliches Handeln stärker in den Mittelpunkt rückt.

Werde Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen IHK und gewinne eine zukunftsfähige Perspektive für dich!

Fachwirte im Gesundheits- und Sozialwesen sind in Kliniken oder auch in Kur- und Reha-Einrichtungen tätig. Weiter bildet das staatlich geprüfte und zertifizierte Fernstudium die Grundlage für eine selbstständige Tätigkeit. Das Fernstudium zum geprüften Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen IHK ist interessant für dich, wenn du über eine Berufsausbildung und Berufspraxis in den Bereichen Gesundheit, Pflege oder Soziales sowie in einem kaufmännischen oder verwaltenden Beruf verfügst und dich beruflich weiterqualifizieren möchtest. Der Abschluss als Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen IHK eröffnet dir überdies den Zugang zu einem späteren Hochschulstudium.

Inhalte

Betriebliche Prozesse im Gesundheits- und Sozialwesen 1+2 - Qualitätsmanagement - Qualitätsmanagement im Gesundheits- und Sozialwesen - Projektmanagement - Rechnungswesen im Gesundheits- und Sozialwesen - Finanzbuchführung - Controlling - Personalführung - Marketing - Marketing im Gesundheits- und Sozialwesen

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.
- Im Rahmen dieses Fernstudiums erhältst du zusätzlich folgendenden Abschluss:
Möchtest du obendrein kompetenter Ausbilder werden? Dann mache den AdA-Schein (Ausbildung der Ausbilder) gleich kostenlos dazu!
- Sollte dein Ziel die öffentlich-rechtliche Prüfung „Geprüfte/r Fachwirt/in im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK)“ sein, findest du die gesonderten Prüfungsvoraussetzungen auf unserer Website.

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	5108917
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	18 Monate
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	13 Live-Online-Seminare à 3 Stunden ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

WIRTSCHAFTSBEZOGENE QUALIFIKATIONEN (IHK)

Der Dienstleistungssektor ist einer der wichtigsten Bereiche innerhalb der wirtschaftlichen Entwicklung. Wirtschaftsbezogene Qualifikationen schaffen die Grundlagen, die für eine fachspezifische Ausrichtung in der Dienstleistungsbranche und die Weiterbildung „Fachwirt IHK“ erforderlich sind. Der Lehrgang vermittelt alle wichtigen Grundqualifikationen, die dieser Bereich erfordert und bereitet auf Fachabschlüsse wie den „Fitnessfachwirt IHK“ vor.

Fachwirt werden: Vom Fernstudium direkt zum IHK-Abschluss! Mache jetzt den ersten Schritt mit dieser staatlich geprüften und zertifizierten Weiterbildung!

Als Teilnehmer erhältst du somit nicht nur die Möglichkeit zu einem IHK-basierten Fachabschluss, sondern kannst auch aus einer Vielzahl entsprechend ausgeprägter Lehrgänge wählen, nachdem du das Fernstudium „Wirtschaftsbezogene Qualifikationen“ absolviert hast, denn ein Fachwirt der IHK setzt sich aus den beiden Modulen „Wirtschaftsbezogene Qualifikationen“ (WQ) und „Handlungsspezifische Qualifikationen“ (HQ) zusammen. Als Zielgruppe sind demnach alle bereits im Dienstleistungssektor tätigen Mitarbeiter angesprochen, denen die fachlichen Grundlagen fehlen, um die Weiterbildung „Fachwirt IHK“ anstreben zu können. Durch das Fernstudium ergeben sich für dich eine Reihe neuer beruflicher Perspektiven.

Inhalte

Lehrskript - Volkswirtschaftslehre (VWL)
 Lehrskript - Unternehmensgründung 1
 Lehrskript - Unternehmensgründung 2
 Lehrskript - Betriebswirtschaftslehre (BWL)
 Lehrskript - Recht
 Lehrskript - Personalwirtschaft
 Lehrskript - Grundlagen des Rechnungswesens

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online und vor Ort erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 6

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 6)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR.	596615
ANERKENNUNG	von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen
DAUER	7 Monate
BEGINN	Jederzeit
NACHWEIS	Zertifikat, Zeugnis
PRÄSENZPHASE	4 Live-Online-Seminare à 3 Stunden ½ Tag Abschlussprüfung vor Ort

KOMMUNIKATION UND BERATUNG

Kommunikation ist ein elementares Bindemittel in allen privaten und beruflichen Lebensbereichen. In verbaler, paraverbaler und nonverbaler Form trägt sie zum gegenseitigen Verständnis und Austausch bei. Durch sprachliche und außersprachliche Zeichen stellen wir in den unterschiedlichsten Situationen Kontakte und Verbindungen miteinander her. Im professionellen Bereich entscheidet eine gute Kommunikationsfähigkeit sogar über geschäftliche Erfolge.

Erreiche deine Ziele mit dem richtigen Know-how in Sachen Kommunikationsgrundlagen und Co.!

Mache dir diesen Trend zunutze und entwickle im Fernstudium wertvolle Kommunikations- und Beratungskompetenzen, die dir den Weg in der Fitness- und Gesundheitsbranche ebnen. Du kannst deine neu erlernten Fähigkeiten für einen verbesserten Umgang mit deinen Kunden nutzen.

Inhalte

Lehrskript - Kommunikation

Begriffsdefinition und Abgrenzung - Kommunikationsmodelle und -theorien - Die Nonverbale Kommunikation - Angrenzende Gebiete der Kommunikation - Kommunikationsstörungen

Lehrskript - Beratung

Definition und Begriffsabgrenzung - Grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten eines Beraters - Besondere Aspekte in der Beratung - Die Phasen eines Beratungsgesprächs - Die Supervision - Methoden zur Verbesserung der persönlichen Beratungskompetenzen

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 2

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7258513

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 12 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 1 Live-Online-Seminar à 3 Stunden



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

AUSFÜHRLICHE INFORMATIONEN
ZUM LEHRGANG UNTER
WWW.ACADEMYOFSPORTS.DE

STRESS- UND BURNOUT-COACH

ENTHÄLT:



AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 4

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7284614

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 24 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat, Zeugnis

PRÄSENZPHASE 4 Tage vor Ort

Stress stellt eine der größten Gesundheitsgefahren in der modernen Gesellschaft dar. Menschen, die permanent beruflichem und privatem Stress ausgesetzt sind, neigen zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, psychischen Belastungen und nicht zuletzt zum Burnout mit der Folge schwerer Depressionen und Ängste.

Bereichere die Gesundheitsbranche mit wertvollen Kenntnissen in Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe und deine Karriere mit einer attraktiven neuen Perspektive!

Mit dem staatlich geprüften und zugelassenen Fernstudium „Stress- und Burnout-Coach“ trägst du dazu bei, die Ursachen zu erkennen und Erkrankungen durch präventive Maßnahmen zu vermeiden. Zahlreiche Unternehmen bieten aufgrund der drastisch gestiegenen Fehlzeiten durch Burnout inzwischen eine qualifizierte Stress- und Burnoutprävention für ihre Mitarbeiter an. Als Fachmann in der Beratung bei Burnout und Stressbewältigung hilfst du Gefährdeten und Betroffenen mit effektiven Entspannungstechniken und Stressbewältigungsmethoden dabei, Stress zu vermeiden und Burnout vorzubeugen.

Inhalte

Lehrskript - Stress und Entspannung

Biologische Grundlagen - Stress - Stressmanagement - Entspannung

Lehrskript - Entspannungsverfahren

Entspannungsverfahren - Durchführung von Entspannungskursen - Aufbau eines Entspannungskurses

Lehrskript - Stress und Burnout

Merkmale, Ursachen und Wirkung von Stress - Burnout - Arbeitswissenschaftliche Belastungsforschung

Lehrskript - Stressbewältigung und Burnoutprophylaxe

Ansätze und Methoden der Stressbewältigung und der Burnoutprophylaxe - Entwicklung individueller Stresskompetenzen - Praktische Umsetzung des Stressbewältigungstraining

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)

! HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

SPORTMENTALTRAINER/IN

ENTHÄLT:



Mentales Training ist vorwiegend aus dem Leistungssport bekannt. Motivation und Förderung der psychischen Belastbarkeit, des Selbstbewusstseins und der Konzentrationsfähigkeit führen professionelle Sportler zu Höchstleistungen. Motivationsförderung und Leistungssteigerung sind indes auch auf viele Bereiche des täglichen Lebens übertragbar. Prüfungssituationen, Stress und hohe berufliche Anforderungen können die mentale Stärke extrem beanspruchen. Mit Hilfe des Mentalen Trainings werden Menschen in die Lage versetzt, stressbelastete Situationen zu beherrschen.

Mit der Ausbildung zum Sportmentaltrainer verborgene Fähigkeiten aktivieren und persönliche, berufliche und sportliche Ziele erreichen!

Als Mentaltrainer findest du breitgefächerte Einsatzbereiche in Fitnessstudios, Sport- und Wellnesshotels, Kur- und Rehakliniken und in Sportvereinen, denn die staatlich geprüfte und zugelassene Weiterbildung im Mentalcoaching in Fernstudienform befähigt dich, durch Methoden zur Entspannung die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern, die Motivation zu steigern und die mentale Stärke zu aktivieren.

Inhalte

Lehrskript - Mentales Training

Grundlagen der Psychologie - Anwendungsmöglichkeiten von mentalem Training - Stressmanagement und Entspannungstechniken - Motivationstraining

Lehrskript - Mentales Training im Sport

Grundlagen der Sportpsychologie - Psychologische Erkenntnisgewinnung und Zielsetzung im Sport - Praxis des mentalen Trainings - Training mentaler Fertigkeiten - Motivationstraining - Tätigkeitsprofil Mentaltrainer im Sport

Voraussetzungen

- Keine fachlichen Voraussetzungen erforderlich
- Internetzugang (mind. DSL-Geschwindigkeit)
- Webcam, Headset mit Mikrofon zur Teilnahme am Live-Online-Seminar

AUF EINEN BLICK

QUALIFIKATIONSSTUFE 3

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

Fernstudium

ZULASSUNGSNR. 7318617

ANERKENNUNG von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht geprüft und zugelassen

DAUER 16 Wochen

BEGINN Jederzeit

NACHWEIS Zertifikat

PRÄSENZPHASE 3 Live-Online-Seminare à 3 Stunden



HINWEISE

- Alle Prüfungsleistungen werden von dir online erbracht.
- Die Fernstudiendauer kannst du kostenfrei unter- oder überschreiten.

Du liebst und lebst die Fitnessbranche und suchst neue Impulse für noch mehr Erfolg und Professionalität? Ob Fitnessstudio, Ernährungsberatung, Personal Trainer oder Individualist – hol dir mit gewinnbringenden Fachkenntnissen aus der Wirtschaft unschlagbare Vorteile in dein persönliches Projekt! Das Deutsche eLearning Studieninstitut (DeLSt) offeriert dir vielfältige Möglichkeiten, dir wertvolle Zusatzqualifikationen anzueignen und die Karriereleiter eine Sprosse höher zu erklimmen!

DU KANNST ZUM BEISPIEL FOLGENDE DeLSt-FERNSTUDIENGÄNGE BELEGEN:

- Ausbildung der Ausbilder (IHK)
- Geprüfte/r Wirtschaftsfachwirt/in (IHK)
- Geprüfte/r Industriefachwirt/in (IHK)
- Geprüfte/r Betriebswirt/in (IHK)
- Kaufmännisches Grundwissen
- Unternehmensgründung
- Eventmanagement



**WERDE UNSER
BILDUNGSPARTNER**

**WERDE
BILDUNGSPARTNER
DER ACADEMY
OF SPORTS**

Mit der Academy of Sports als Bildungspartner: Immer die richtige Aus- und Weiterbildung!

**FORT- UND WEITER-
BILDUNGEN
FÜR FÜHRUNGS-
KRÄFTE**

Eine nebenberufliche Fort- und Weiterbildung ist eine wichtige Investition in deine Zukunft!

**BILDE DEINE
MITARBEITER
KONTINUIERLICH
WEITER**

Die Qualifikation deiner Mitarbeiter ist der Grundstein für deinen unternehmerischen Erfolg!

**WEITERBILDUNG
NACH HOHEN
QUALITÄTS-
STANDARDS**

Academy of Sports – Spezialist für staatlich anerkannte und zertifizierte Fort- und Weiterbildungen!

HAST DU FRAGEN?

UNSER TEAM

NIMMT SICH GERNE

ZEIT FÜR DICH!

Über 50 staatlich zugelassene Fernstudiengänge

Einstieg jederzeit möglich

Anerkannte Ausbildungen

Vielfältige Spezialisierungsmöglichkeiten



JETZT ONLINE ANMELDEN:
[www.academyofsports.de/
Anmeldung](http://www.academyofsports.de/Anmeldung)

ACADEMY OF SPORTS GMBH

Willy-Brandt-Platz 2, 71522 Backnang

TEL **0800 589 12 54** (gebührenfrei)

+49 7191 229 87-0 (aus dem Ausland)

FAX **+49 7191 229 87-99**

info@academyofsports.de

WWW.ACADEMYOFSPORTS.DE

