

# Fitness - & Bewegungstrainer Ausbildung

## Warum eine Fitnessausbildung?

Der heutige Fitness- und Gesundheitsmarkt verlangt immer mehr Professionalität und hat einen höheren Stellenwert als je zuvor.

Der Berufszweig der Fitness Instructoren ist aus der heutigen Berufswelt und Gesundheitsprävention nicht mehr weg zu denken.

Der immer mehr verbreitete Bewegungsmangel, und dies bereits in jüngster Jugend, sowie die steigenden Zivilisationskrankheiten, werden die Fitness Trainer vor eine grosse Herausforderung stellen. Dieser Umstand zeigt, dass der Beruf des Fitnesstrainers ein Beruf mit Zukunft ist.

Seit der Einführung der eidgenössischen Prüfung zum Fitness Trainer mit eidgenössischem Fachausweis, hat der Stellenwert eine zusätzliche Bedeutung erhalten. Unabhängig davon unterstützen aber auch die Krankenkassen (Qualicert) die präventive Arbeit der Fitnesscenter mit qualifizierten Fitness Trainer.

## Warum die Fitness & Bewegungstrainer Ausbildung bei education in mOve®?

Die Ausbildung wird den heutigen und zukünftigen Anforderungen gerecht. Die Ausbildung ist Teilnehmer-freundlich, da sie auf einem erwachsenen bildnerischen, modularen System basiert. Die Ausbildung vermittelt den zukünftigen Trainern nicht nur einiges an Fachkompetenz, sondern es ist uns auch ein grosses Anliegen die Selbst- und Sozialkompetenzen der zukünftigen Trainern zu fördern.

Der modulare Diplomlehrgang zum Fitness & Bewegungstrainer dauert 1 Jahr und beinhaltet 10 Pflicht-module sowie individuelle, mündliche Schlussprüfungen. Die Ausbildung basiert aus einem Mix aus selbständigem Studium und geführten Modultagen vor Ort.

Der erfolgreiche Diplomabschluss berechtigt zur Verleihung des Ausbildungsstatus «Qualicert – OK».

## Lernen macht Spass...

In einer interessanten, entspannten und fröhlichen Atmosphäre wird das Lernen als wesentlich einfacher empfunden und das modulare System bietet jedem Teilnehmern sein eigenes Lerntempo. education in mOve® vermittelt das hochwertige Fachwissen in einer angenehmen und familiären Lernatmosphäre, wo auch die persönliche Betreuung und Unterstützung nicht zu kurz kommt.



# Die Modulinhalte

Modul	Thema	Inhalte (es sind nur die Hauptthemen aufgelistet)
<b>M1a</b>	<b>Kundenorientierung</b>	Einführung in die Internetplattform, Lernstrategien, Marketing
<b>M1b</b>	<b>Kommunikation</b>	Verkauf, Marketing, Kommunikation, Geschäftskunde, Zusatzprodukte
<b>M2</b>	<b>Physiologie &amp;</b>	Zellen und Gewebe, Herzkreislauf, Atmung, Verdauung, Energiebereitstellung, Nervensystem
<b>M3</b>	<b>Anatomie</b>	Aktiver und passiver Bewegungsapparat
<b>M4</b>	<b>Gerätekunde</b>	Einführung in die Kraft -, Ausdauer- und Freihantelgeräte
<b>M5</b>	<b>Trainingslehre 1</b>	Allgemeine Trainingslehre, Kraft, Ausdauer, Freihantelübungen
<b>M6PK</b>	<b>Praktikum</b>	Praktikumseinsatz (fakultativ) 20 Lektionen
<b>M7</b>	<b>Krankheitsbilder</b>	Verschiedenste Krankheitsbilder
<b>M8a</b> <b>M8b</b>	<b>Trainingslehre 2</b>	Kraft, Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit, Beweglichkeit, verschiedene Trainingsprogramme
<b>M9</b>	<b>Ernährungskunde</b>	Ernährung, Kalorienbilanz, Supplementierung, Grundumsatz
<b>M10</b>	<b>Zielgruppen Spez. Trainingsplanung</b>	Jugendliche und Kinder, Senioren, Frauen, Schwangere
<b>M rep.</b>	<b>Vertiefung</b>	Zur Repetition (nur bei Bedarf, Prüfungsnachholung)
<b>SP</b>		Mündliche, Praktische Schlussprüfung (Fallbeispiel) Diplomprüfung Dauer ca. 2 ½ Stunden, Abgabe der Diplomarbeit

### Selbststudium 20 - 30 h

Bearbeiten von Fachdokumenten, Büchern, Dossiers ...

### Lernaufträge 10 - 20 h

Bearbeiten von Arbeitsaufträgen  
Beantworten von Fragen, Führen von Praxistagebüchern...

### Seminar 1 - 2 Tage

gecoachtes und betreutes Gruppen-Seminar vor Ort mit Erfahrungsaustausch und Praxistransfer

### Aufwand pro Modul rund 50h

80% Fernstudium -  
20% Seminare

## Die häufigsten Fragen:

### Werde ich nach der Ausbildung zur eidg. Fachprüfung BBT Prüfung zugelassen?

Unser Ziel ist es mit der Ausbildung qualitativ hochstehende Fitnesstrainer auszubilden, die nicht nur den erlernten Stoff auswendig können, sondern das theoretische Wissen auch in der Praxis beim Kunden anwenden und umsetzen können. Bei Bedarf werden zusätzlich einzelne Seminartage zu BBT Prüfungsvorbereitung angeboten.

Das BBT verlangt zusätzlich den Nachweis eines 2 jährigen Praktikums (100% Pensum) in einem Fitnesscenter (4 Jahre, wenn keine abgeschlossene Ausbildung vorhanden ist) sowie einen CPR Kurs.

### Was mache ich, wenn ich ein Modul nicht besuchen kann?

Da die Ausbildung modular aufgebaut ist, besteht immer die Möglichkeit ein Modul früher oder später bei einem anderen Lehrgang zu besuchen.

### Wie gross ist mein Lernaufwand?

Aufwand pro Modul ca. 50 h (Selbststudium 20 - 30 h, Bearbeiten von Fachdokumenten,

Büchern 10-20 h)

### Wie viel kostet die Ausbildung und wie lange dauert sie?

Die Ausbildung dauert ca. 1 Jahr, kann aber auch auf 2 oder 3 Jahre angepasst werden.

<b>Kosten</b>	Basic Moves	460.00 CHF
	Basic Heart	660.00 CHF
	Fitness Instr.	3000.00 CHF
	Kosten Total	4120.00 CHF
	<b>Paketpreis (10% Rabatt)</b>	<b>3708.00 CHF</b>
	<u>Ratenzahlungen:</u>	
	12 Raten à 370.00 CHF =4440.00 CHF	

### Wo und wann findet die Ausbildung statt?

Die Ausbildung findet immer im Frühjahr und Herbst in Möhlin (AG) statt. Die genauen Moduldaten können der Homepage [www.educationinmove.com](http://www.educationinmove.com) oder dem Datenblatt entnommen werden.

Für eine persönliche Beratung stehen wir ihnen sehr gerne zur Verfügung.

Melden sie sich bei education in mOve®, Karin Weber Tel: 061 851 56 09 oder unter [info@educationinmove.com](mailto:info@educationinmove.com).

education in mOve

international health and  
training academy  
weidenpark 1  
CH - 4313 möhlin  
fon +41 61 851 56 00  
[www.educationinmove.com](http://www.educationinmove.com)

## dipl. Fitness Instruktor/in mit eidg. Fachausweis

## Diplomkurs Fitness - & Bewegungstrainer Vorbereitungskurs zur eidg. Fachprüfung BBT

