

Dipl. Personal Fitnessstrainer/in

Online-Fernstudium



Lernen **wann** und
wo Sie wollen.



INFOMAPPE

Zertifiziert durch



Erwachsenen-Bildung
mit Qualitätsgarantie.



DIPL. PERSONAL FITNESSTRAINER/IN

→ Beschreibung

Kannte man einen Dipl. Personal Fitnesstrainer/in bis früher nur aus amerikanischen Fernsehserien oder Berichten aus der High Society, steigt seit einigen Jahren auch bei uns die Nachfrage nach individuellem Personal Fitnesstraining. Der Kundenkreis zieht sich durch alle Bevölkerungsschichten und so hat sich dieses Berufsbild nun auch bei uns als stetig wachsender Geschäftszweig etabliert. In dieser Ausbildung zum/zur Dipl. Personal Fitnesstrainer/in erlangen Sie das nötige Wissen und die praktische Kompetenz, um sich in diesem Geschäftsbereich erfolgreich am Markt positionieren zu können.

→ Ausbildungsziele & Tätigkeitsfelder

In diesem Fernstudium zum/zur Dipl. Personal Fitnesstrainer/in erwerben Sie theoretisches Hintergrundwissen und Praxiserfahrung in den Basistechniken des 1:1-Trainings sowie in sämtlichen neueren Fitnesstrends. Der Inhalt wird durch viele weitere fachliche, methodische und soziale Kompetenzen abgerundet, die Ihnen ein professionelles und souveränes Auftreten in der 1:1-Situation ermöglichen.

Die Ausbildung richtet sich an alle Personen, die

- ✓ bereits als Fitnesstrainer/innen arbeiten und sich weiterbilden möchten.
- ✓ sich durch eine Zusatzqualifikation neue berufliche Chancen sichern möchten.
- ✓ bereits die Fitnesstrainer/in Ausbildung absolviert haben und sich darauf basierend als Personal Fitnesstrainer/in profilieren möchten.
- ✓ im (semi)professionellen Leistungssport tätig sind und neue Methoden einsetzen möchten.

→ Teilnahme- Voraussetzungen

- **Voraussetzung:** Für das Upgrade zum/zur Dipl. Personal Fitnesstrainer/in ist eine anatomisch-physiologische und trainingswissenschaftliche Ausbildung Voraussetzung. Diplomausbildungen im Bereich Fitness & Sport – im Idealfall absolviert an der Vitalakademie – erfüllen diese Voraussetzungen.
- **Mindestalter:** 18 Jahre
- **Abschluss:** Bei Vorhandensein eines Diploms für die Grundausbildung Fitness- und Gesundheitstraining wird ein Diplom für Personal Fitnesstraining ausgestellt, ansonsten ein Zertifikat.
- **Dauer:** Einstieg jederzeit möglich (individuelle Zeiteinteilung)



DIPL. PERSONAL FITNESSTRAINER/IN

→ Abschluss- Voraussetzungen

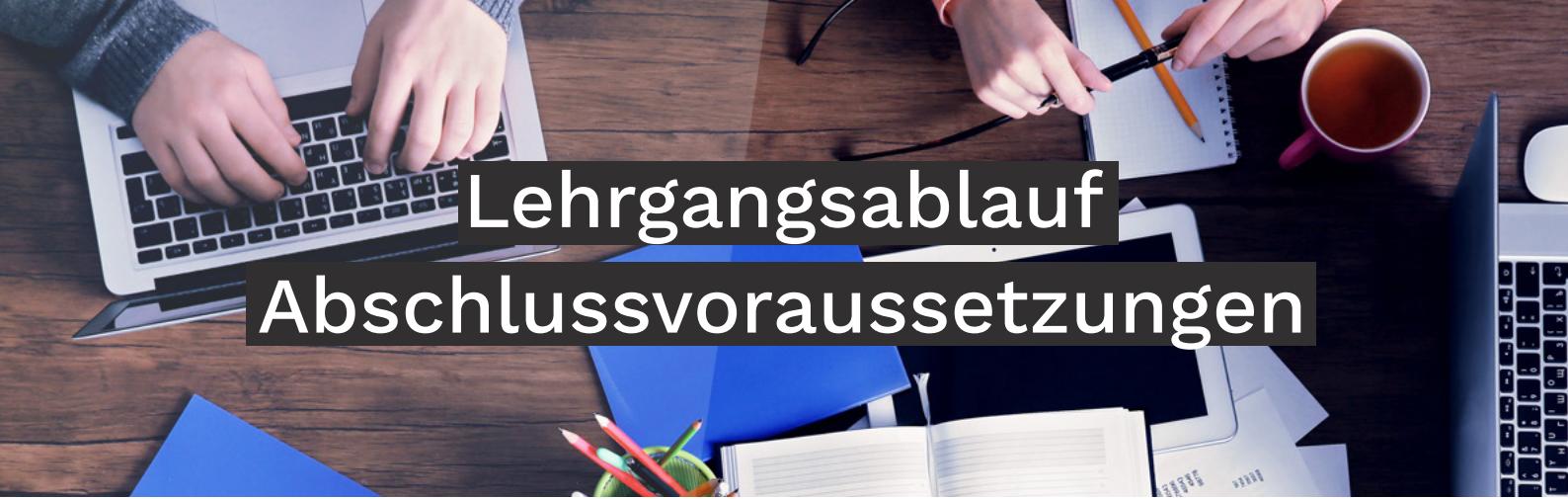
- 2 positiv, **absolvierte Fachkompetenztests**
- Nachweis über **25 EH praktische Umsetzung**
- Nachweis über **5 EH verpflichtendes Coaching**
- **Berufspraktische Module**
- **bestandene**, mündliche **Abschlussprüfung**

- ✓ Einführung und Grundlagen des Personal Trainings
- ✓ Kommunikations- und Lehrmethoden
- ✓ Grundlagen der Verhaltensänderung und Gesundheitspsychologie
- ✓ Motivation und Aufrechterhaltung des Trainings
- ✓ Anamnese, sportmotorische Tests und Trainingsplanung im Personal Training
- ✓ Spezielle Methodik des Personal Trainings: Taktiles Anleiten, Manual Resistance und Assisted Stretching
- ✓ Trends: Sling Training, Faszientraining...
- ✓ Training mit speziellen Zielgruppen
- ✓ Mind-Body-Übungen und Entspannungsmaßnahmen im Personal Training
- ✓ Soziale Kompetenz

→ Die Ausbildung setzt sich wie folgt zusammen

- Selbststudium mit Videovorträgen (Durcharbeiten von Videos, Zusammenfassen und Aufarbeiten, weiterführende Recherche: 160 EH)
- praktische Umsetzung (25 EH)
- Berufspraktische Module (100 EH)
- verpflichtendes Coaching (5 EH)
- Online-Prüfung inkl. Vorbereitungszeit (20 EH)
- mündliche Abschlussprüfung vor Ort inkl. Vorbereitungszeit (40 EH)

- Gesamtumfang der Ausbildung: 350 Einheiten



Lehrgangsablauf Abschlussvoraussetzungen

Online Prüfung

Die Teilprüfung (MC-Test) setzt sich aus jeweils 20 Fragen zusammen. Für eine positive Beurteilung benötigen Sie 55%. Sie haben für Ihre Prüfung eine Zeitvorgabe von 60 Minuten, wobei Ihnen die Möglichkeit gegeben ist, bis zu zweimal anzutreten. Nachdem Sie die Prüfung abgeschlossen haben, erhalten Sie sofort Ihr Ergebnis - Sie erfahren also unmittelbar, ob Sie bestanden haben und mit welchem Prozentsatz. Die Anzahl der Teilprüfungen variiert je nach Lehrgang.

Verpflichtende Coachings

In Ihrem Onlineklassenzimmer finden Sie im Punkt „verpflichtende Coachings“ Termine, die sie individuell buchen können. Eine Coachingeinheit kostet € 40,- und wird direkt mit dem Coach abgerechnet. In diesen Coachings können Sie alle Ihre Fragen stellen und mit Ihren Fällen aus der Praxis in Supervision gehen. In diesen Coachingeinheiten können Sie all Ihre Fragen stellen und vertiefend in das Thema eintauchen. Fallbesprechungen runden diese spannenden Einheiten ab.

Praktische Umsetzung

Sobald Sie erstes Wissen und Lernerfahrungen aus dem Lehrgang verinnerlicht haben, beginnen Sie, das Erlernte in die Praxis umzusetzen. Sie können auch zu einem angemessenen Anteil im Selbstversuch agieren und diese Selbstversuche protokollieren. Sie protokollieren jede Einheit genau. Eine Vorlage finden Sie im Downloadbereich.

Berufspraktische Module

Die berufspraktischen Module behandeln Zeitmanagement, Organisationsmanagement, Kommunikation, Moderation und Präsentation. Nach den Lehrvideos absolvieren die Teilnehmenden einen Multiple-Choice-Test mit 20 Fragen (zwei Versuche). Zusätzlich präsentieren sie ein gewähltes Modul in einer 10-minütigen Präsentation, die auch Teil der Abschlussprüfung ist. Dieses Konzept verbindet fundierte Wissensvermittlung mit praxisnaher Anwendung.

Abschlussprüfung

Den Prüfungstermin vereinbaren Sie mit Ihren Coaches persönlich. Die Prüfungsgebühr beträgt € 100,- und ist im Vorhinein direkt an den Prüfer / die Prüferin zu begleichen. Sie bekommen drei Fragen quer durch das Stoffgebiet der Skripten und Videos gestellt. Anschließend wird auf die Praxisprotokolle eingegangen, es werden Nachfragen gestellt und die individuellen Möglichkeiten der praktischen Arbeit besprochen. Insgesamt dauert die Prüfung 30 – 45 Minuten. Sie können mit ausgezeichnetem Erfolg bestehen, oder bestehen, oder nicht bestehen.



Wählen Sie aus zwei Optionen aus...



Learn@Home **Premium*** Kunde werden

Erhalten Sie vollen Zugriff auf ALLE Fernstudien die wir derzeit anbieten + ALLE Fernstudien die wir laufend neu produzieren.

Mehr Informationen zu unserem Learn@Home Premium Modell finden Sie auf der letzten Seite.

nur 149 € / Monat

oder

Einzelbuchung Dipl. Personal Fitnessstrainer/in*

Erhalten Sie vollen Zugriff auf unser Video-Fernstudium Dipl. Personal Fitnessstrainer/in

um 690 €

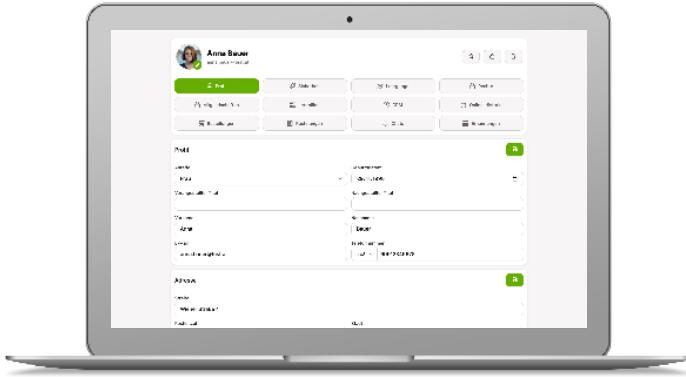
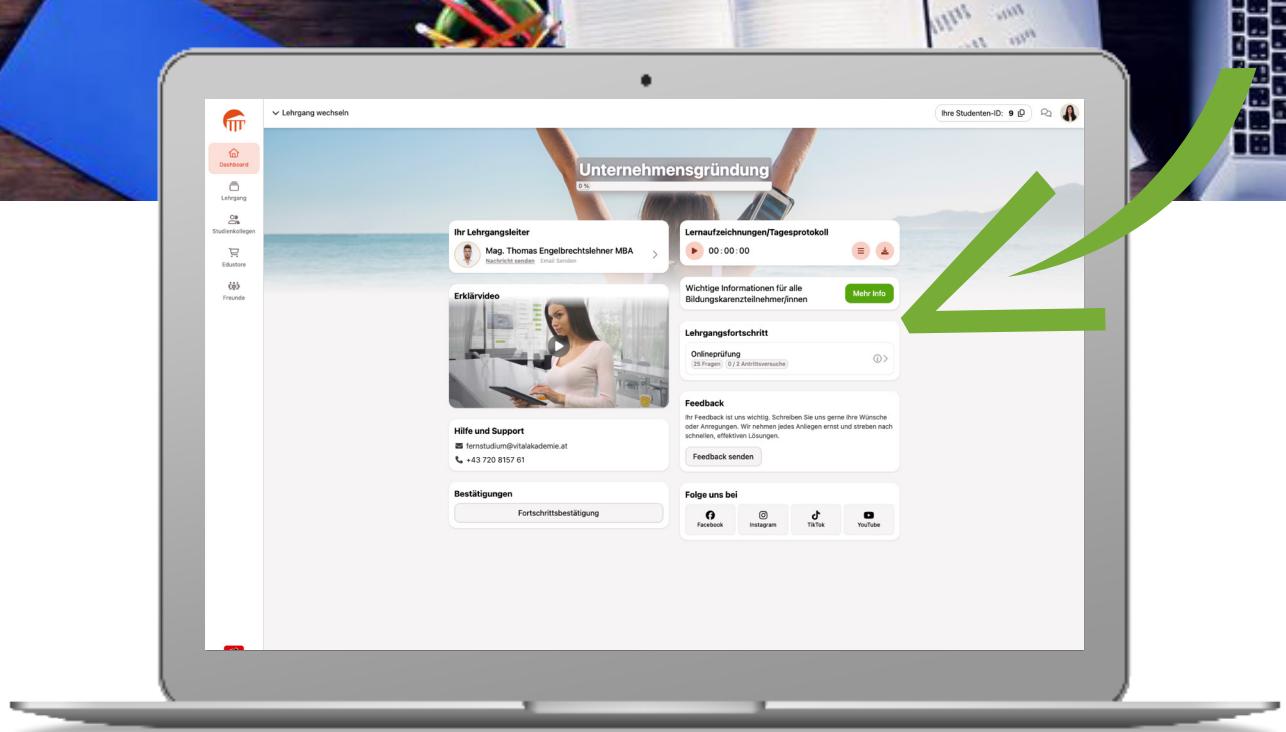
Flexible 12 Monats-Ratenzahlung möglich - 0% Aufschlag (57,50 € / Monat)

Lernen wann und wo Sie wollen

*inkl. Videos und Skripten (in elektronischer Form), und Zugang zum Online Klassenzimmer.
Vernetzung mit Mitschülern aus der ganzen Welt via Videotelefonate und Forumfunktion.

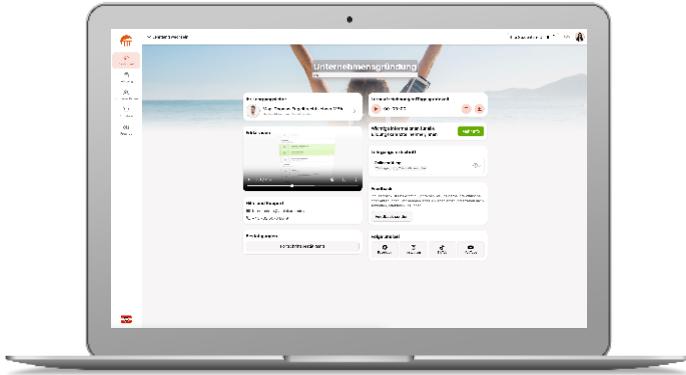
Nicht im Preis inkludiert:
Prüfungsgebühr € 50,-
5 verpflichtende Coachingeinheiten (€ 40,- pro Einheit)

So funktioniert unser Online Klassenzimmer



Profil erstellen

Legen Sie nach Ihrem Login ein Profil mit Profilbild und weiteren Informationen an. Das erleichtert Ihnen den Kontakt zu Ihren Mitstudierenden.



Ablauf und erste Schritte

Unser Einführungsvideo macht Sie ganz einfach mit Ihrem Fernlehrgang vertraut. Unser Online Klassenzimmer ist einfach bedienbar und für jede Altersgruppe geeignet.

SO FUNKTIONIERT UNSER ONLINE KLASSENZIMMER

Videos und Skripten

Hier befinden sich alle Themen modularartig gegliedert. In jedem Modul befindet sich ein passender Videovortrag zum Skriptum.

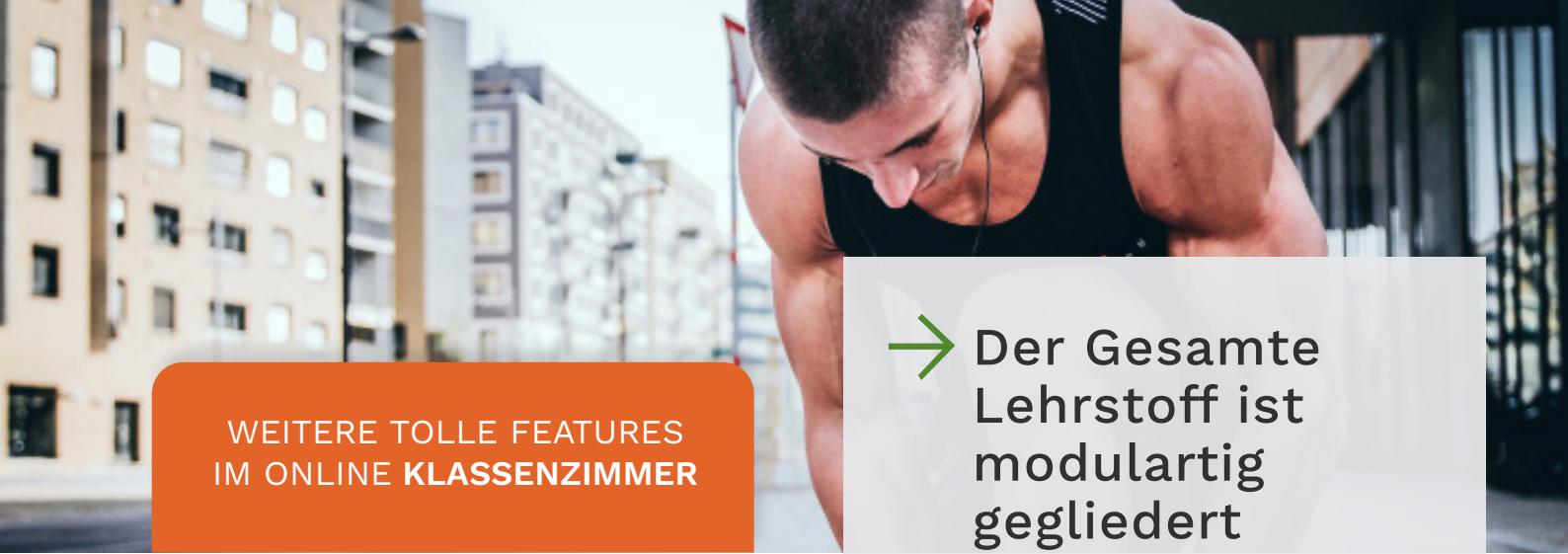
Die Videos und Skripten lassen sich auf allen Endgeräten (Laptop, Handy, Ipad, Computer) abspielen.

Studienkollegen

Unter dem Punkt Studienkollegen finden Sie Teilnehmer ganz einfach in Ihrer Nähe. Bilden Sie Lerngruppen, starten Sie Onlinefreundschaften und tauschen sich mit Ihren Studienkollegen ganz einfach via Nachrichtenfunktion und Video-Telefonaten aus.

Auf allen End-
geräten abspielbar





WEITERE TOLLE FEATURES
IM ONLINE KLASSENZIMMER

→ Der Gesamte
Lehrstoff ist
modulartig
gegliedert

■ Ausbildungsfortschritt

Hier sehen Sie wieviel Sie bereits erreicht haben und welcher Ihr nächster Schritt zum Diplom ist. In diesem Bereich können Sie ebenfalls ihre Teilprüfungen starten.

■ Lehrgangsleitung

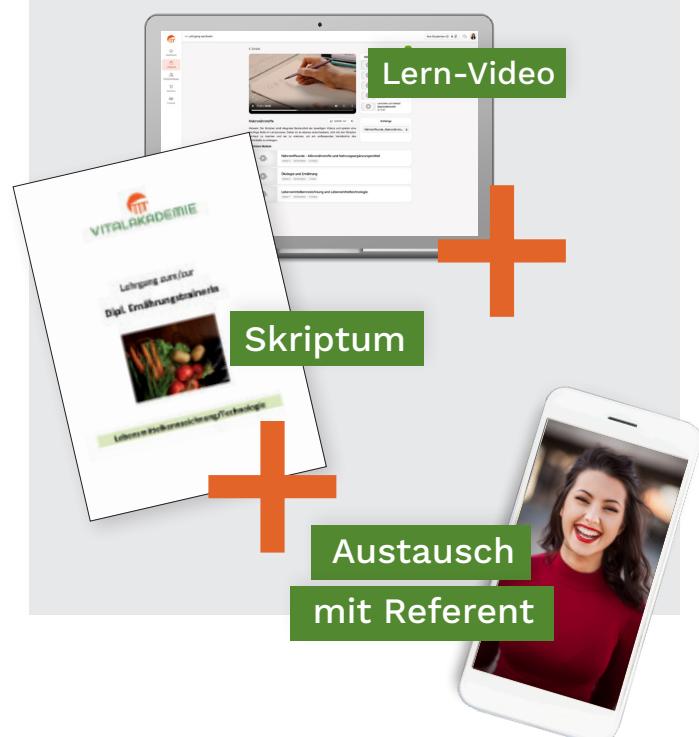
Während Ihrer gesamten Ausbildung können Sie Ihren Lehrgangsleiter um Rat fragen.

■ Webinare

Wir bieten zusätzlich unsere Online Seminare an. Hier geben wir Ihnen als Zusatz die Möglichkeit verschiedenste Themengebiete zu erlernen.

■ Trainer

Sie zusätzliche Coachingeinheiten um den Lehrstoff zu vertiefen. Direkt über unser Online Klassenzimmer können Sie die/den Trainer/in Ihrer Wahl per Nachricht kontaktieren und sich einen individuellen Termin direkt in einem unserer Standorte oder aber auch per Video-Konferenz vereinbaren!



■ Lernen auf allen

Endgeräten

Nutzen Sie unsere Services auf allen Endgeräten wie zB. PC, Laptop, Tablet oder unserer iOS- und Android-App.

Learn@Home Premium



Genießen Sie viele Vorteile
als Premium Kunde

→ Unser besonderes Highlight:

Sie bekommen vollen Zugriff auf alle Fernstudien die wir derzeit anbieten.

Erhalten Sie Zugang zu allen Basis- und Upgradeausbildungen. Kombinieren Sie verwandte Ausbildungen wie z.B.: Ernährung & Fitness, Energetik & Mentales usw. Bildung ist die beste Investition Nutzen Sie unser All In Angebot

→ Weitere Vorteile im Überblick

- ★ Wir produzieren ständig neue Fernstudien und Sie bekommen alle neuen Fernstudien ohne Mehrkosten dazu
- ★ Bestes Preis-Leistungsverhältnis
- ★ Aktualisieren Sie online jährlich Ihr Diplom um die Aktualität der Ausbildung hervorzuheben
- ★ Entfalten Sie Ihr volles Potenzial mit unserem Lehrgang zur Persönlichkeitsentwicklung exklusiv für Premium-Mitglieder
- ★ Gestalten Sie über unseren langjährigen Partner in Sachen EDV eine kostengünstige und repräsentative Homepage



Ihre professionelle Visitenkarte für Social Media. Gemeinsam kreieren wir mit Ihnen kostengünstig Ihr Werbevideo



Unterstützung auf dem Weg in die Selbstständigkeit mit unserem Online Gründerservice



Trainingsvideos für Ihre körperliche Fitness

→ Learn@Home
Premium
nur 149 € / Monat

12 Monate Mindestvertragsdauer –
danach monatlich kündbar