

# Zert. Natur- und Outdoortrainer/in

*Online-Fernstudium*



Lernen **wann** und  
**wo** Sie wollen.



INFOMAPPE

Zertifiziert durch



Erwachsenen-Bildung  
mit Qualitätsgarantie.



## ZERT. NATUR- & OUTDOORTRAINER/IN

### → Beschreibung

Mit dieser Qualifikation eröffnen sich spannende Möglichkeiten, wie Sie zukünftig Sport und Bewegung vielfältiger und vor allem auf lust- und freudebetonte Art und Weise mit zahlreichen Aha-Erlebnissen vermitteln können... unabhängig von Altersklasse und Leistungsniveau! Neue wissenschaftliche Studien belegen, dass Bewegung die uns Spaß bereitet die Neubildung von Nervenzellen (Neurogenese) stimuliert.

Ich zeige Ihnen, wie sich trockene Ausdauer- und Kraftmethoden im Einzel- oder Gruppensetting interessant, lustig und abwechslungsreich gestalten lassen. Mittels dieses Zugangs wird die große Einsicht kommen, dass Sporttreiben im Verbund mit einer individuellen Zielerreichung auch ANDERS erfolgen kann! Somit legen Sie künftig mit Ihren Teilnehmern den Grundstein eines nachhaltigen und vor allem spaßorientierten Trainings im Erlebnisraum der Natur!

Motivieren Sie sich und andere durch die Andersartigkeit dieses Trainingskonzeptes! Durch die spielerische Gestaltung von Bewegungsprogrammen unter Einbeziehung didaktischer Verhaltensweisen werden Sie im Anschluss Sport und Bewegung definitiv von einer anderen Seite betrachten – Spielerei statt Quälerei – lautet die Devise!

**Hinweis: Es werden keine sportlichen Voraussetzungen benötigt.**

Die Ausbildung richtet sich an alle Personen, die

- ✓ Spaß und Freude an Bewegung verspüren möchten
- ✓ Bewegung in Ihre pädagogische Arbeit integrieren möchten
- ✓ Bewegung und Sport von einer neuen Seite kennen lernen wollen

### → Teilnahme-Voraussetzungen

- **Voraussetzung:** Abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung, Lebenslauf
- **Mindestalter:** 18 Jahre
- **Abschluss:** Zert. Natur- & Outdoortrainer/in
- **Dauer:** Einstieg jederzeit möglich (individuelle Zeiteinteilung)

### → Abschluss-Voraussetzungen

- 1 positiv, **absolvierte Fachkompetenztests** (Multiple Choice)
- Nachweis über **6 EH praktische Umsetzung**
- Nachweis über **3 EH verpflichtendes Coaching**
- bestandene, **mündliche Abschlussprüfung**



## ZERT. NATUR- & OUTDOORTRAINER/IN

### → Die Ausbildung setzt sich wie folgt zusammen

- Selbststudium mit Videovorträgen (Durcharbeiten von Videos, Zusammenfassen und Aufarbeiten, weiterführende Recherche: 155 EH)
- 3 EH verpflichtendes Coaching vor Ort oder via Video-Konferenz
- 6 EH praktische Umsetzung in Kleingruppen

- mündliches Abschlussgespräch
- Gesamtumfang der Ausbildung: 164 Einheiten

#### ✓ Modul 1

Sportliche Aktivität von Jung bis Alt  
Bewegung und Neurogenese  
Koordination

#### ✓ Modul 2

Outdoor-Training  
Spielplatz Natur  
Einzel- und Gruppensetting  
Gruppendynamik und Teambildung  
(Spielesammlung)

#### ✓ Modul 3

Zivilisationskrankheiten und deren Prävention durch körperliche Aktivität  
Haltungsschwächen  
Osteoporoseprävention (Knochenschwund)  
Sarkopenieprävention (Muskelschwund)  
Prävention von Adipositas und Diabetes Mellitus (Fettleibigkeit & Zuckerkrankheit)

#### ✓ Modul 4

Erlebnispädagogik und Naturerlebnis  
Stress und Stressmanagement

#### ✓ Modul 5

Kraft-Trainingsmethoden  
Didaktische und methodische Trainerkompetenz im Outdoor-Bereich

#### ✓ Modul 5

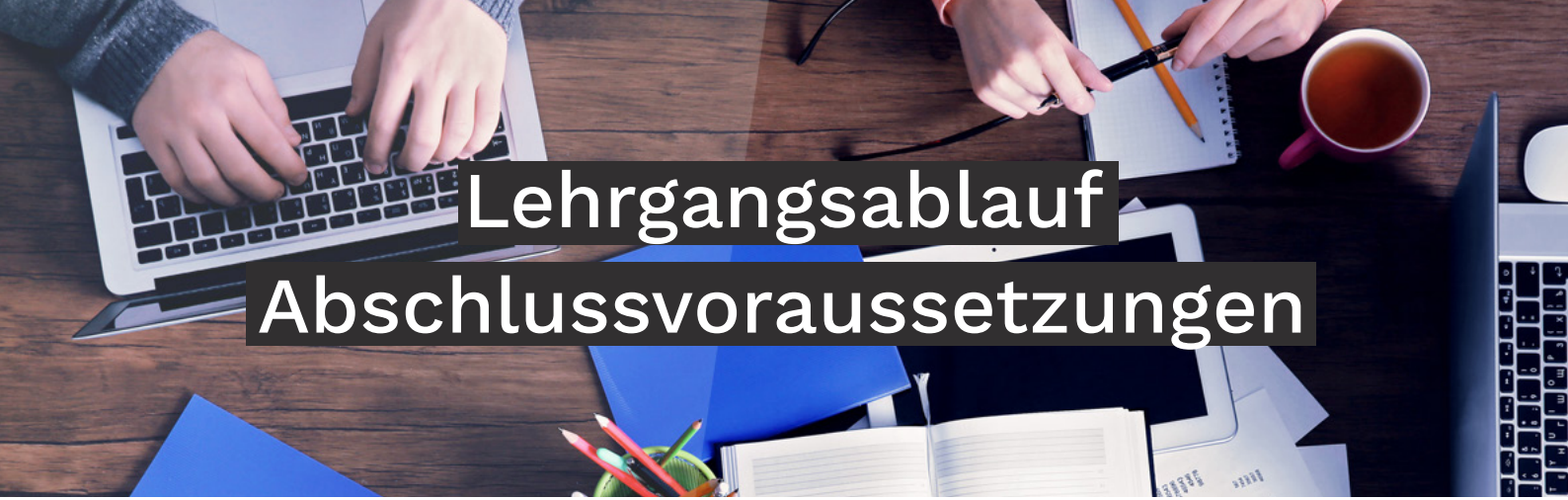
Trainingsplangestaltung in der Natur  
Übungen  
Naturalien als Hilfsmittel  
Umsetzung & Anleitung  
Erste-Hilfe-Maßnahmen

#### ✓ Soziale Kompetenz



**VITALAKADEMIE**  
learn-at-home





# 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.

### Abschlussprüfung

Den Prüfungstermin vereinbaren Sie mit Ihren Coaches persönlich. Die Prüfungsgebühr beträgt € 50,- 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.

## 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 Zert. Natur- & Outdoortrainer/in\*

Erhalten Sie vollen Zugriff  
auf unser Video-Fernstudium  
Zert. Natur- & Outdoortrainer/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.**

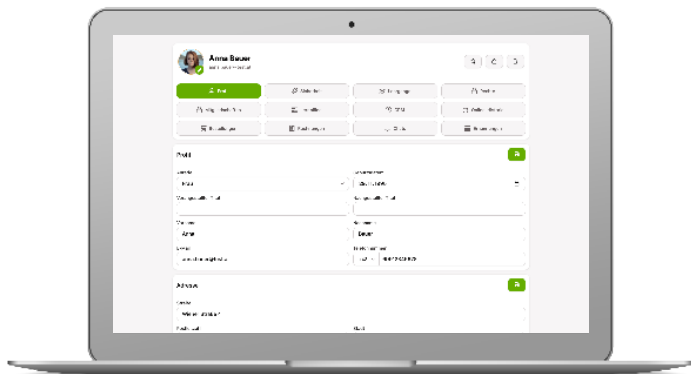
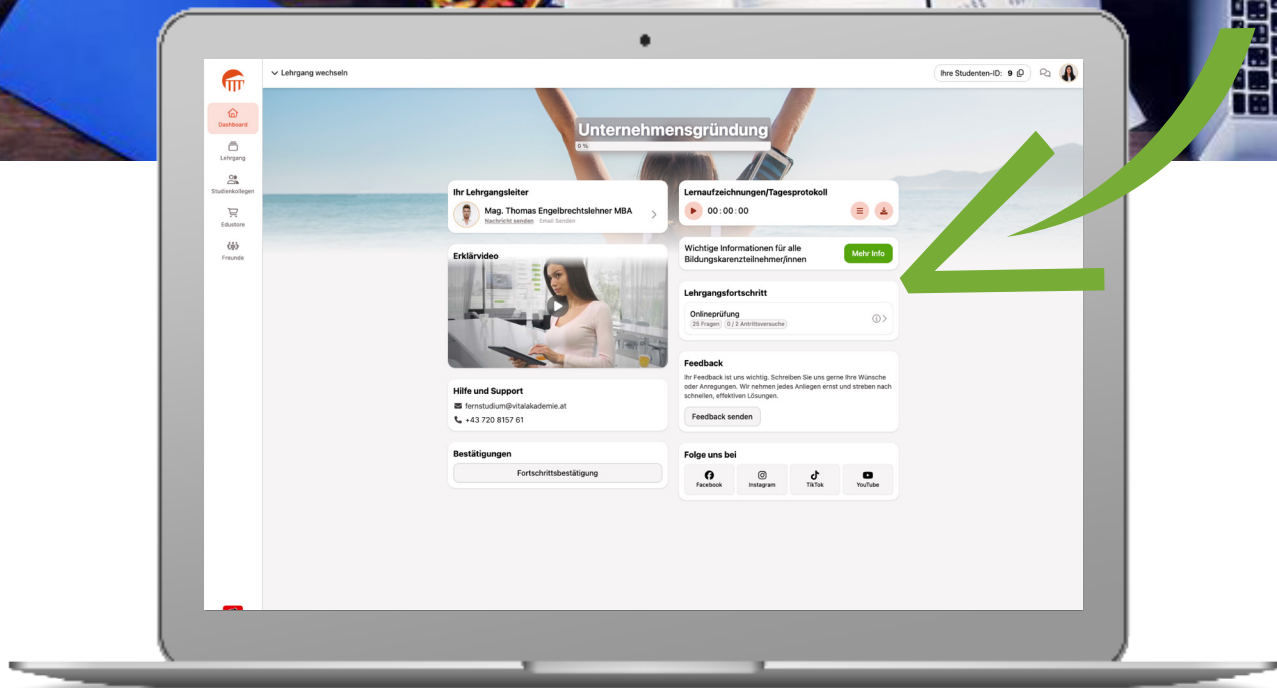
Vernetzung mit Mitschülern aus der ganzen Welt  
via Videotelefonate und Forumfunktion.

Nicht im Preis inkludiert: Prüfungsgebühr € 50,-  
3 EH verpflichtende Coachingeinheiten vor Ort  
oder via Video-Konferenz zu je 40 Euro € 240,-



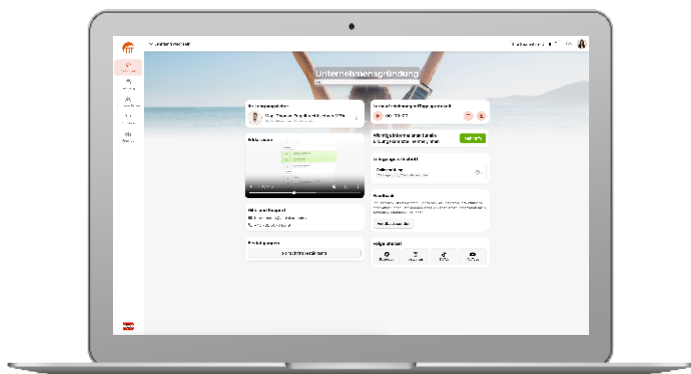
**VITALAKADEMIE**  
learn-@-home

# 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.



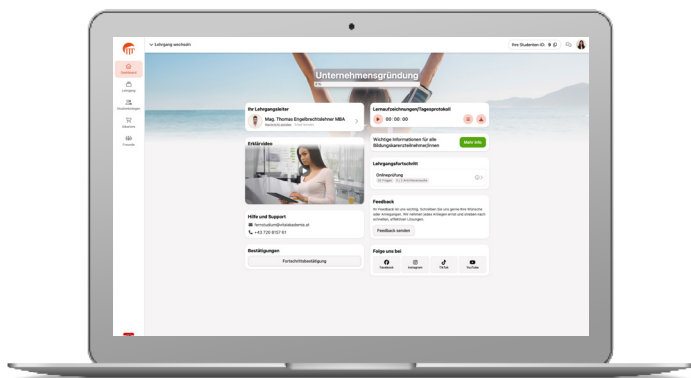
## Ablauf und erste Schritte

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



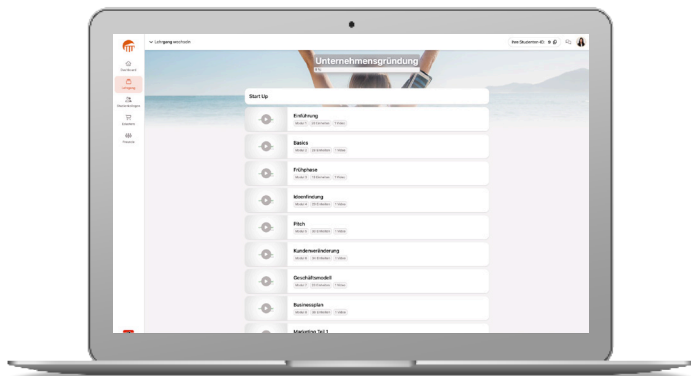


## SO FUNKTIONIERT UNSER ONLINE **KLASSENZIMMER**



### Videos und Skripten

Hier befinden sich alle Themen modulartig 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

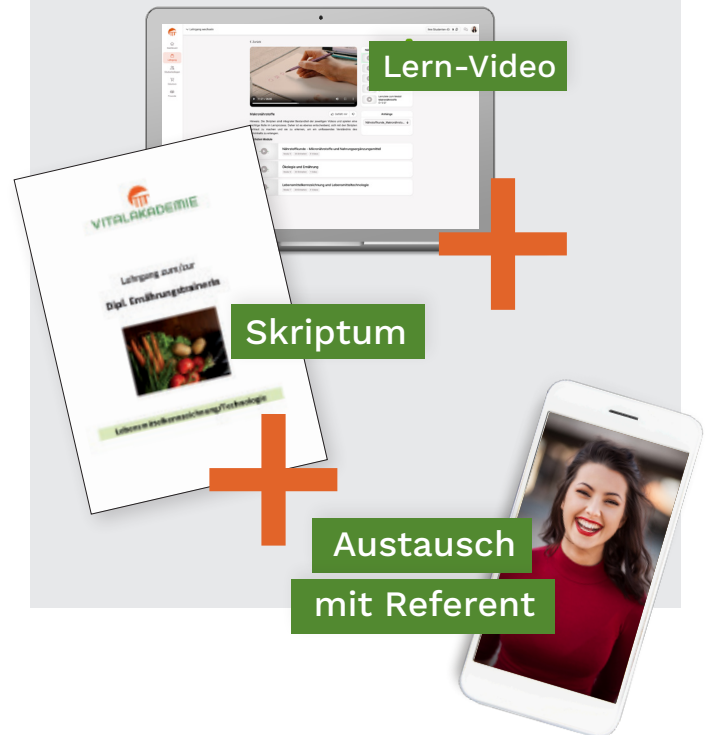
Während Ihrer gesamten Ausbildung können Sie Ihren Lehrgangsleiter um Rat fragen.

## ■ 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