

Bildungsmaßnahme: **Group Fitness Trainer für Gesundheitskurse**

Maßnahmennummer: **962 / 167 / 2023**

Bildungsträger: **Medical Fitness Academy . AMF GmbH**  
Stromstraße 47 , 10551 Berlin

Trägernummer: **922/3774**



## **Beschreibung**

Der Lehrgang zum Group Fitness Trainer für Gesundheitskurse beinhaltet alle wichtigen Grundlagen des Group Fitness-Unterrichtes. Dazu wird Dir praxisnahes Fachwissen zum Thema Body-Workout, Bodystyling, Bauchtraining, BBP-Kurse und vieles mehr vermittelt. Außerdem erlernst Du die Gesundheitskurse Aqua Fitness Training, Rückenschule, Nordic Walking und Senioren Fitness.

Die Praxis zeigt, dass der Bedarf an Trainer/innen mit zusätzlichem präventivem Können in den nächsten Jahren weiter steigen wird. Group Fitness Training ist ein großer Bestandteil des Angebotes eines jeden Fitnessclubs und sowohl im Fitness- als auch im Gesundheitssportcentern sind Group Fitness Trainer sehr gefragt. Mit dieser Weiterbildung steigerst Du Deine Chancen auf dem Arbeitsmarkt enorm.

## **Lehrgangsziel**

Der Lehrgang Group Fitness Trainer für Gesundheitskurse vermittelt neben den Grundlagen des Group Fitness auch spezielles Fachwissen aus dem Bereich des Gesundheitssports. Als Absolvent dieses Lehrgangs wirst Du in der Lage sein, speziell auf Deine Zielgruppe zugeschnittene Indoor- (Fitnessstudios, Schwimmbad) und Outdoor-Trainingskonzepte zu entwickeln und zu leiten.

## **Zielgruppe - Der Lehrgang richtet sich an Personen die**

- Fitnesstrainer, Sportstudenten, Sport- und Gymnastiklehrer sowie Physiotherapeuten
- Im Gesundheitswesen arbeitende Heilpraktiker, Physiotherapeuten; medizinische Masseure, Bademeister, Sportwissenschaftler und Sportassistenten
- Personenaus dem Gesundheitsbereich, die Ihre Berufschancen in der wirtschaftlich starken Fitnessbranche steigern möchten
- Interessierte mit besonderer sportlicher Begabung, die Ihr Interesse an der Vermittlung sportlicher Aktivitäten auch beruflich nutzen wollen

## **Teilnehmervoraussetzung**

- Schulabschluss oder abgeschlossene Berufsausbildung
- Interesse an Sport und Fitness
- positives Aufnahmegespräch

## **Art und Dauer der Ausbildung**

### **Vollzeit-Kurs**

Gesamtdauer: **4 Wochen mit 180 UE**

Inklusive Unterrichts- & Praxiseinheiten und Selbststudium

## **Inhalte der Ausbildung, Group Fitness Trainer für Gesundheitskurse**

Die Ausbildung Group Fitness Trainer für Gesundheitskurse bestehen aus den folgenden Inhalten:

- Group Fitness Training B-lizenz
- Aqua Fitness Trainer
- Nordic Walking Instructor
- Med. Rückenschullehrer
- Senioren Fitness Trainer
- Abgrenzung medizinischer Gesundheitstherapie im Sinne des Heilpraktiker-Gesetzes von der Tätigkeit als Group Fitness Trainer im Bereich Prävention.
- Erklärung der Begriffe, Heilkunde, Prävention, Gesundheitsvorsorge, Gesundheitsförderung und Wellness im Sinne der Gesetzlichen Bestimmung.