



EMS-TRAINER/IN

ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert zur Durchführung einer Trainingssteuerung im Ganzkörper-EMS-Training und bereitet auf die Zertifizierungsprüfung zur „Fachkunde EMF“ (EMF = Elektromagnetische Felder) zur Stimulation gemäß NiSV vor. Die Teilnehmer planen Ganzkörper-EMS-Trainingsprogramme für Kunden unterschiedlicher Leistungsstufen und weisen sie adäquat in die EMS-Technologie sowie in die Trainingsprogramme ein. Darüber hinaus sind sie in der Lage, das Ganzkörper-EMS-Training ihrer Kunden zu überwachen. Sowohl bei der Planung der Trainingsprogramme als auch bei der Einweisung und Überwachung des Trainings orientieren sich die Teilnehmer an wissenschaftlich abgesicherten Handlungsempfehlungen zu einer effektiven und sicheren Anwendung der EMS-Technologie.

★★★★★
Aufbauqualifikation

📍 vor Ort 📍 vor Ort + 💻 digital

INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Einführung in das EMS-Training
 - Historische Entwicklung
 - Anwendungsfelder
2. Elektrizitätslehre im Themengebiet
 - Strom und Stromformen
 - Ohm'sches Gesetz
 - Reizströme und ihre Wirkung
3. Physiologie der Muskelkontraktion und Muskularbeit
 - Mikrostruktur von Muskelkontraktionen
 - Muskelfasertypen
 - Arbeitsweisen und Spannungsformen
4. Trainingssteuerung
 - Ziele der Trainingssteuerung
 - Das Fünf-Stufen-Modell
5. Trainingsplanung und -durchführung
 - Geräte- und Elektrodenhandling
 - Belastungsparameter
 - Handlungsempfehlungen
 - Kontraindikationen
 - Trainingsprogramme
6. Wissenschaftliche Befunde zum EMS-Training
7. EMS-verwandte Technologien
 - Nervenstimulation (TENS)
 - Magnetfeldstimulation (TMS, PMS)
8. Rechtliche Grundlagen (NiSV)

ZULASSUNGSVORAUSSETZUNGEN

Die BSA-Qualifikation „Fitnesstrainer/in-B-Lizenz“ oder eine vergleichbare Lizenz als Übungsleiter/Trainer mit mind. 120 Lerneinheiten à 45 Minuten ist Voraussetzung für die Teilnahme. Praxiserfahrung in EMS-Anwendung im Trainingsbereich wird dringend empfohlen. Als Nachweis des E-Learning sowie zur Unterstützung einer optimalen Vorbereitung ist das erfolgreiche Absolvieren eines Online-Tests vor der Präsenzphase verpflichtend.

HINWEIS: EMS-TRAINER/IN (HYBRID)

Bei der hybriden Lehrgangsvariante wird der erste Tag der Präsenzphase digital in Form eines Livestreams absolviert, der zweite Tag an einem Lehrgangszentrum der BSA-Akademie.

BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten sowie zur Trainerqualifikation nach DIN 33961-5.

EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Trainer/in für gerätegestütztes Krafttraining
- Fitnesscoach

<p> DAUER 3 Monate mit 2 Tagen Präsenzphase</p>	<p> ANERKENNUNG Staatlich geprüft und zugelassen ZFU-Nr. 7324417</p>	
<p> PRÜFUNG Zertifizierungsprüfung durch die BSA-Zert Art Klausur Zulassung zur Zertifizierung ist die Teilnahme am Lehrgang „EMS-Trainer/in“</p>	<p> START Jederzeit möglich</p>	
<p> GEBÜHR Lehrgang: 398,00 EUR Zertifizierung: 99,00 EUR zzgl. USt. (brutto: 117,81 EUR) Gesamt: 497,00 EUR zzgl. USt. (brutto: 515,81 EUR)</p>	<p> INFOS/ANMELDUNG Präsenzlehrgang QR-Code scannen</p> <div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> </div> <p style="text-align: center;"> vor Ort</p> <p>Hybrider Lehrgang QR-Code scannen</p> <div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> </div> <p style="text-align: center;"> vor Ort + 💻 digital</p>	