



TRAINER/IN FÜR SPORTREHABILITATION

ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer zur Planung, Durchführung und Betreuung indikationspezifischer Trainingsprogramme für das muskuläre Aufbautraining im Anschluss an eine orthopädisch-traumatologische Heilbehandlung. In diesem Kontext sind die Lehrgangsteilnehmer in der Lage, den aktuellen Funktionszustand der Kunden zu testen, eine kurz-, mittel- und langfristige Trainingsplanung für das muskuläre Aufbautraining zu erstellen sowie im Rahmen der Trainingsplanung problemspezifische Krafttrainingsübungen auszuwählen. Sie analysieren und optimieren die organisatorischen Voraussetzungen für ein indikationspezifisches Fitness-training in Fitness- und Gesundheitseinrichtungen.



Aufbauqualifikation

vor Ort

digital

INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Möglichkeiten und Grenzen des indikationsspezifischen Trainings
 - Rechtliche Voraussetzungen
 - Organisatorische Voraussetzungen
 - Kundenvoraussetzungen
2. Trainingstheoretische Grundlagen
 - Phasenmodell des muskulären Aufbautrainings in der Rehabilitation
 - Grundlagen der Wundheilung
 - Immobilisationsfolgen
3. Trainingssteuerung
 - Stufenmodell der Trainingssteuerung
 - Spezifische Anamnese
 - Funktionsdiagnostik
 - Makro- und Mesozyklusplanung
4. Training nach Abschluss der orthopädisch-traumatologischen Heilbehandlung
 - Indikationen Schultergelenk
 - Indikationen Ellenbogengelenk
 - Indikationen Wirbelsäule
 - Indikationen Hüftgelenk
 - Indikationen Kniegelenk
 - Indikationen Sprunggelenk
5. Gerätehandling
 - Indikationsspezifische Übungsauswahl
 - Übungswirkungen

ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Interessenten, die bereits über Grundlagenwissen im Fitnessstraining verfügen und darauf aufbauend Kenntnisse im Bereich des indikationsspezifischen Fitnessstrainings erwerben wollen.

Die BSA-Qualifikation „Fitnesstrainer/in-B-Lizenz“ oder eine vergleichbare Vorbildung wird dringend empfohlen.

BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Trainer/in für rehabilitatives Krafttraining
- Athletiktrainer/in Leistungssport



DAUER

3 Monate mit
3 Tagen Präsenzphase



ANERKENNUNG

Staatlich geprüft und
zugelassen ZFU-Nr. 729192



PRÜFUNG

Zulassung
Teilnahme an der
Präsenzphase

Art

vor Ort: Klausur
digital: Klausur



GEBÜHR

898,00 EUR in 1 Rate
oder monatlich 164,00 EUR in 6 Raten;
gesamt: 984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)
Förderung möglich (Seite 138)



START

Jederzeit möglich



INFOS/ANMELDUNG

QR-Code scannen

