

# ERNÄHRUNG



## Einzel- und Kombinationslehrgänge

Basisqualifikationen	Aufbauqualifikationen	Profiqualifikationen	Fachwirt-/Meisterqualifikationen
☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆☆
Fernstudien-DQR-Stufe 3 Einzellehrgänge	Fernstudien-DQR-Stufe 4 Einzellehrgänge	Fernstudien-DQR-Stufe 5 Kombinationslehrgänge Die Abschlüsse bestehen aus den dargestellten Basis- und Aufbauqualifikationen.	Fernstudien-DQR-Stufe 6 Kombinationslehrgänge
			
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Ernährungstrainer/in-B-Lizenz S. 68</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-right: 10px;">Berater/in für Gewichtsmanagement S. 69</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">Ernährungscoach S. 72</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Lehrer/in für Ernährung S. 76</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Fitnessfachwirt/in S. 10</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Fachwirt/in für Prävention und Gesundheitsförderung S. 11</div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Existenzgründung S. 44</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Ernährungstrainer/in-B-Lizenz S. 68</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-right: 10px;">Berater/in für Gewichtsmanagement S. 69</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">Ernährungscoach S. 72</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Ernährungsberater/in BSA S. 77</div>	

### Workshops

Verkauf von Nahrungs-  
ergänzungsmitteln\*  
S. 71

Vegane Ernährung\*  
S. 75

\* Diese Qualifikation fällt nicht unter den Fernstudien-DQR.



# ERNÄHRUNGSTRAINER/IN-B-LIZENZ

## ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer zur Planung und Durchführung einer Ernährungsbetreuung im primärpräventiven Bereich. Die Lehrgangsteilnehmer sind in der Lage, den Ernährungszustand zu analysieren und daraus abgeleitet, die Ernährungsweise zu optimieren bzw. individuelle Ernährungspläne gemäß den vereinbarten Zielen zu erstellen. Der Lehrgang vermittelt das notwendige Fachwissen, um grundlegende Fragen einer gesundheitsbewussten Ernährung kompetent zu beantworten sowie fundierte Ernährungsempfehlungen zur Gewichtsregulation zu geben. Mit diesen umfassenden Kenntnissen entwickeln die Lehrgangsteilnehmer die Fähigkeit, Kunden im Rahmen einer bedarfsgerechten Ernährung gezielt zu beraten und zu betreuen.

★★★  
**Basisqualifikation**

vor Ort | digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Anatomische/physiologische Grundlagen
  - Verdauung und Resorption
  - Energiebedarf und Energieumsatz
2. Ernährungsphysiologische Grundlagen
  - Makro- und Mikronährstoffe
  - Grundlagen der Stoffwechselregulation
3. Ernährungszustand
4. Ernährungserhebung
  - Methoden der Ernährungserhebung
  - Ernährungsanalyse, Nährwertberechnung
5. Ernährungsempfehlungen
  - Nationale und internationale Nährstoffempfehlungen
6. Gewichtsregulation
  - Klassifizierung, Ursachen und Folgen
  - Ernährungsstrategien zur Gewichtsreduktion bzw. -zunahme
7. Ernährung bei Erkrankungen
8. Vergleich verschiedener Ernährungsformen

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Interessenten, die eine Basisqualifikation mit fundamentalen Kenntnissen und Fähigkeiten zur präventivorientierten und bedarfsgerechten Ernährungsbetreuung absolvieren oder ihre eigene Ernährung optimieren wollen. Die Teilnahme an dem Lehrgang setzt praktische und/oder theoretische Vorkenntnisse im Themengebiet voraus.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 3; Basisqualifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Berater/in für Stressmanagement
- Kommunikationstrainer/in

<p> <b>DAUER</b> 3 Monate mit 4 Tagen Präsenzphase</p>	<p> <b>ANERKENNUNG</b> Staatlich geprüft und zugelassen ZFU-Nr. 729292</p>	
<p> <b>PRÜFUNG</b> <b>Zulassung</b> Teilnahme an der Präsenzphase</p> <p><b>Art</b> vor Ort: Klausur digital: Klausur</p>	<p> <b>GEBÜHR</b> 1.398,00 EUR; in 2 Raten zu je 699,00 EUR oder monatlich 170,00 EUR in 9 Raten; gesamt: 1.530,00 EUR</p> <p><b>Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)</b> <b>Förderung möglich (Seite 138)</b></p>	
<p> <b>START</b> Jederzeit möglich</p>	<p> <b>INFOS/ANMELDUNG</b> QR-Code scannen</p>	

# BERATER/IN FÜR GEWICHTSMANAGEMENT

## ZIEL

Die Teilnehmer des Lehrgangs werden befähigt, allgemeine Informationsgespräche und fachspezifische Beratungsgespräche zum Thema Gewichtsmanagement zu führen. Ebenfalls erlernen sie, eine individuelle an die Ziele und Wünsche des Kunden angepasste Ernährung zu planen und zu kontrollieren. Zudem wird vermittelt, wie sie Stoffwechsellanpassungen und Abwehrmechanismen in der Praxis der Ernährungsberatung erkennen und verbessern. Die Teilnehmer beherrschen die Anwendung mentaler Strategien zum langfristigen Gewichtsmanagement. Auch Beratungsgespräche zum Einsatz von Nahrungsergänzungen als Unterstützung der Gewichtsregulierung können geführt werden. Der Lehrgang qualifiziert außerdem für die Auswahl geeigneter Software zur Ernährungsberatung.



★★★★  
**Aufbauqualifikation**

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ und insgesamt eine mindestens einjährige Berufspraxis oder die eine mindestens dreijährige Berufspraxis vorweisen können. Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Mental Coach
- Gesundheitstrainer/in
- Marketingmanager/in

vor Ort | digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Übergewicht und Adipositas
  - Ursachen und Folgen
  - Strategien zur Gewichtsreduktion
2. Stoffwechsellanpassungen und Reduktionsdiäten
  - Abwehrmechanismen des Körpers
  - Verschiedene Reduktionsdiäten
3. Anforderungen und Qualitätskriterien im Bereich Gewichtsreduktion
4. Bedeutung der Gewichtsreduktion
  - Vor-/Nachteile der Gewichtsreduktion
5. Gewichtserhalt
  - Maßnahmen
  - Scheitern beim Gewichtserhalt
6. Gewichtsreduktion bzw. -erhalt bei Kindern und Jugendlichen
  - Maßnahmen zur Gewichtsreduktion bzw. zum Gewichtserhalt
7. Nahrungsergänzungen und diätetische Lebensmittel in der Gewichtsreduktion
  - Rechtliche Aspekte/Verordnungen
8. Mangelernährung, Untergewicht und Gewichtszunahme
  - Ursachen und Folgen
  - Strategien zur Gewichtszunahme

**DAUER**  
3 Monate mit  
3 Tagen Präsenzphase

**ANERKENNUNG**  
Staatlich geprüft und  
zugelassen ZFU-Nr. 7175107



**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





# BERATER/IN FÜR SPORTERNÄHRUNG

## ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer, die Ernährung von Sportlern unterschiedlichster Disziplinen zu gestalten und zu optimieren. Basierend auf physiologischen und biochemischen Grundlagen werden die Teilnehmer befähigt, die Ernährung von Sportlern zu erfassen und zu bewerten sowie anschließend bezüglich der verschiedenen Trainingsphasen und Trainingsziele im Saisonverlauf bedarfsgerecht anzupassen. In diesem Zusammenhang sind die Teilnehmer in der Lage, Leistungssportler hinsichtlich der Ernährung optimal auf einen Wettkampf vorzubereiten sowie Freizeit- und Fitnesssportler bei der Erreichung ihrer persönlichen Ziele zu unterstützen.

★★★★★  
**Aufbauqualifikation**

vor Ort

digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Physiologische/biochemische Grundlagen
  - Hormonsystem, Enzyme
2. Energiestoffwechsel
  - Nährstoffabbau, Energiebereitstellung
  - Makronährstoffwechsel
3. Ernährungsempfehlungen im Sport
  - Allgemeine Ernährungsempfehlungen
  - Kohlenhydratbetonte vs. kohlenhydratreduzierte Ernährung und körperliche Leistungsfähigkeit
  - Trainingsphasen und Ernährung
4. Sportartspezifische Ernährung
  - Kraft- und Schnellkraftsportarten
  - Ausdauersportarten
  - Spiel- und Kampfsportarten
5. Nahrungsergänzungen, diätetische Lebensmittel und Supplements
  - Vor-/Nachteile der Supplementierung
  - Wirkungsweise ausgewählter Beispiele
6. Ermüdung im Sport
  - Periphere Ermüdung
  - Zentrale Ermüdung
7. Ergänzende Inhalte

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Fitnesstrainer/in-A-Lizenz
- Athletiktrainer/in
- Mental Coach



### DAUER

3 Monate mit  
3 Tagen Präsenzphase



### ANERKENNUNG

Staatlich geprüft und  
zugelassen ZFU-Nr. 7176307



### 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

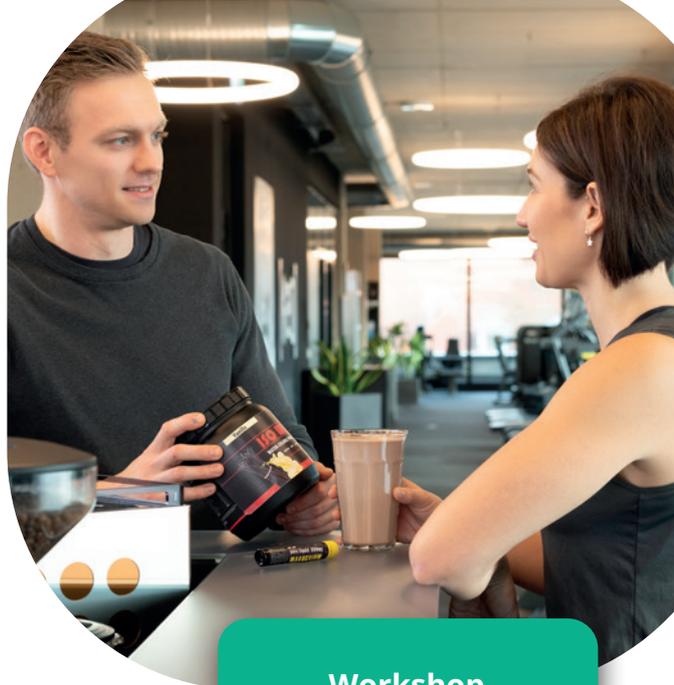
QR-Code scannen



# VERKAUF VON NAHRUNGS- ERGÄNZUNGSMITTELN

## ZIEL

Im Workshop erwerben die Teilnehmer die Kompetenzen, ein Beratungsgespräch mit einem Kunden auf der Trainingsfläche oder an der Theke im Fitnessstudio zu führen und entsprechende Empfehlungen für Nahrungsergänzungsmittel auszusprechen.



Workshop

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Workshop eignet sich für Trainer, die ihre Kunden zu Nahrungsergänzungsmitteln beraten möchten, für Trainer, die ihre Kunden optimal in ihrer Zielsetzung unterstützen möchten sowie für alle Personen, die in Fitness- und Gesundheitsunternehmen tätig sind und im direkten Kundenkontakt stehen.

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Leistungssport Body-Trainer/in
- Berater/in für Sporternährung
- Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement

 vor Ort

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Nahrungsergänzungsmittel
  - Lebensmittelrecht
  - Werbung und Gesundheitsbezug
  - Werbung und Nährwertbezug
  - Produktbeispiele
  - Eiweißprodukte
  - Essenzielle Fettsäuren
  - Kreatin
  - Weitere Wirk-/Nährstoffe
2. Verkauf
  - Zielgruppen
  - Grundlagen der Beratung
  - Bedarfsanalyse und individuelle Beratungsgespräche
3. Praxis:  
Übung Verkaufsgespräche

 **DAUER**  
1 Tag Präsenzphase

 **ABSCHLUSS**  
Teilnahmezertifikat

 **PRÜFUNG**  
Keine

 **GEBÜHR**  
249,00 EUR inkl. USt. in 1 Rate  
(netto: 209,24 EUR)  
  
Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)  
Förderung möglich (Seite 138)

 **START**  
Jederzeit möglich

 **INFOS/ANMELDUNG**  
QR-Code scannen





# ERNÄHRUNGSCOACH

## ZIEL

Der Lehrgang vermittelt fundierte Fachkenntnisse zu den organisatorischen Rahmenbedingungen einer Ernährungsberatung und zur bedarfsgerechten Ernährungsbetreuung von zum Beispiel Schwangeren, Stillenden, Kindern und Senioren. Der Lehrgang dient dazu, das Ernährungswissen für die Beratung spezifischer Zielgruppen zu erweitern und neue Marktpotenziale zu erschließen. Durch die Anwendung psychologischer Strategien erhält der Teilnehmer Fertigkeiten, um die Kunden bei der Erreichung ihrer Ziele zu motivieren und zu unterstützen.

★★★★★  
**Aufbauqualifikation**

vor Ort | digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Rechtliche Grundlagen der Ernährungsberatung
  - Rechtliche Rahmenbedingungen
  - Aufgaben und Tätigkeitsbereiche
  - Existenzgründung
2. Praktische Ernährungsberatung
  - Psychologische Strategien zur Verhaltensänderung
  - Arten der Ernährungsberatung
  - Aufbau einer Beratung
  - Kommunikation im Beratungsgespräch
  - Bedeutung des Beraters
3. Kurskonzepte in der Ernährung
  - Kennzeichen eines Kurskonzepts
  - Ablauf eines Kurskonzepts
4. Seminare, Vorträge und Gruppenveranstaltungen
  - Vorgehensweise und Materialsammlung
  - Präsentationstechniken und Rhetorik
5. Zielgruppenspezifische Ernährung
  - Schwangere und Stillende
  - Säuglinge, Kinder und Jugendliche
  - Senioren
6. Vergleich verschiedener Ernährungsformen

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ und möglichst eine mehrmonatige praktische Erfahrung im Bereich der Ernährungsbetreuung vorweisen können. Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Kursleiter/in Fit durch die Schwangerschaft
- Kursleiter/in Senioren
- Kursleiter/in Fit Kids

<p> <b>DAUER</b> 3 Monate mit 3 Tagen Präsenzphase</p>	<p> <b>ANERKENNUNG</b> Staatlich geprüft und zugelassen ZFU-Nr. 7177007</p>	
<p> <b>PRÜFUNG</b> <b>Zulassung</b> Teilnahme an der Präsenzphase</p> <p><b>Art</b> vor Ort: Klausur digital: Klausur</p>	<p> <b>GEBÜHR</b> 898,00 EUR in 1 Rate oder monatlich 164,00 EUR in 6 Raten; gesamt: 984,00 EUR</p> <p>Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138) Förderung möglich (Seite 138)</p>	
<p> <b>START</b> Jederzeit möglich</p>	<p> <b>INFOS/ANMELDUNG</b> QR-Code scannen</p>	

# BERATER/IN FÜR LEBENSMITTELKUNDE UND LEBENSMITTELMANAGEMENT

## ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer im Fachbereich Lebensmittelkunde und Verbraucherschutz zum anforderungsgerechten Umgang mit Lebensmitteln. Sie sind in der Lage, den Einkauf, die Lagerung, Verarbeitung und Entsorgung hinsichtlich technologischer, rechtlicher, ökologischer, sensorischer, hygienischer, toxikologischer und ethischer Aspekte zu bewerten und mit geeigneten Maßnahmen zu optimieren.

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Fachkräfte und Dienstleister aus der Gesundheits- und Ernährungsberatungsbranche, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ und insgesamt eine mindestens einjährige Berufspraxis oder eine mindestens dreijährige Berufspraxis vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen bzw. eine vergleichbare Qualifikation glaubhaft nachweisen kann, die die Zulassung rechtfertigen.

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Lehrer/in für Ernährung
- Lehrer/in für Prävention und Gesundheitsförderung
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)



**Aufbauqualifikation**

vor Ort

digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Verbraucherschutz und Ernährungsberatung
  - Aufklärungsbedarf des Verbrauchers
2. Lebensmittelrecht
  - Verordnungen und Gesetze
3. Technologische Aspekte
  - Vorbereitung, Zubereitung und Lagerung von Lebensmitteln
4. Toxikologische Aspekte
  - Zusatzstoffe, Pestizide und Stoffe aus Verpackungsmaterialien
5. Hygienische Aspekte
  - Lebensmittelverderb und -hygiene
6. Sensorische Aspekte
  - Sensorikprüfung, sensorische Kaschierung
7. Ökologische Aspekte
  - Bio-Produkte, Klimawandel und Verpackungsmüll
8. Ethische und soziale Aspekte
  - Kinderlebensmittel, Gentechnik, Bio-Patente, Tierschutz
9. Eigenschaften von Lebensmitteln
  - Herstellung, Zusammensetzung, Nährwert und Qualität
10. Ableitung von Dienstleistungen
  - Erweiterung des Leistungsspektrums

**DAUER**  
3 Monate mit  
3 Tagen Präsenzphase

**ANERKENNUNG**  
Staatlich geprüft und  
zugelassen ZFU-Nr. 7283814



**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





# VEGANE ERNÄHRUNG

## ZIEL

Die Teilnehmer des Workshops werden dazu befähigt, allgemeine Informations- und individuelle Beratungsgespräche zum Thema vegane Ernährung zu führen. Die erworbenen Kompetenzen erlauben es den Teilnehmern, eine individuelle vegane Ernährung für den Klienten zu planen und dabei die bedarfsgerechte Nährstoffzusammensetzung zu überprüfen. Die vegane Ernährung bezieht sich auf eine Nahrungsauswahl an Gemüse, Hülsenfrüchten, Obst, Getreide-/Vollkornprodukten, Nüssen, Samen und Pflanzenölen.

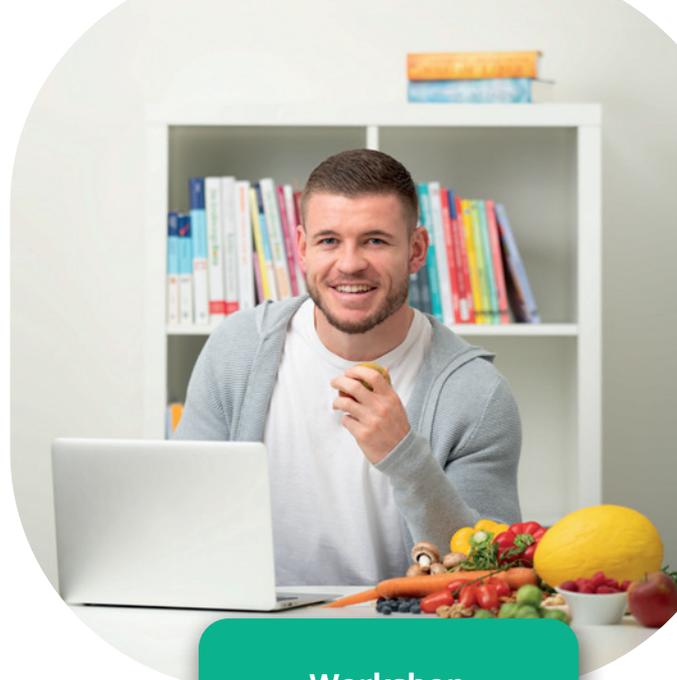
## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Workshop richtet sich an Personen, die eine „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Nachweise oder auf anderem Wege glaubhaft macht, dass Kompetenzen vorliegen, die eine Zulassung rechtfertigen.

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)
- Ernährungscoach



Workshop

 digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Veganismus
  - Historie
  - Formen
  - Motive
2. Makronährstoffe
  - Bedeutung
  - Versorgung
  - Kritische Aspekte
  - Bedarfsdeckung
3. Mikronährstoffe
  - Kritische Vitamine und Mineralien
  - Ernährungsstatus
4. Supplemente
5. Praktische Umsetzung veganer Ernährung
  - Lebensmittelpyramide
  - Veganer Teller
  - Orientierungstabellen
  - Checklisten
6. Ersatzprodukte
  - Pflanzendrinks
  - Zusatzstoffe
7. Praktische Umsetzung (Fallbeispiele)
8. Ökologie

 **DAUER**  
Diese Qualifikation wird ausschließlich in digitaler Form angeboten. Sie umfasst eine digitale Unterrichtsphase.

 **ABSCHLUSS**  
Teilnahmezertifikat

 **PRÜFUNG**  
Keine

 **GEBÜHR**  
99,00 EUR zzgl. USt. in 1 Rate (brutto: 117,81 EUR)  
Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)  
Förderung möglich (Seite 138)

 **START**  
Jederzeit möglich

 **INFOS/ANMELDUNG**  
QR-Code scannen





# LEHRER/IN FÜR ERNÄHRUNG

## ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer für eine umfassende bedarfsgerechte Betreuung von Einzelpersonen und Gruppen mit primärpräventiven Ernährungszielen, auch hinsichtlich technologischer, rechtlicher, ökologischer, sensorischer, toxikologischer und ethischer Aspekte. Die Teilnehmer des Lehrgangs sind in der Lage, alle Maßnahmen für eine Ernährungsberatung/-betreuung kompetent zu planen und durchzuführen. Auch die Analyse und Optimierung sportartspezifischer und zielgruppengerechter Ernährung gehören zu den Zielen des Lehrgangs. Darüber hinaus erlangen die Lehrgangsteilnehmer die Fähigkeit, Ernährungsvorträge, -seminare bzw. -schulungen didaktisch und methodisch vorzubereiten und zu präsentieren.

★★★★★  
**Profiquifikation**

vor Ort | digital

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
2. Berater/in für Gewichtsmanagement
3. Berater/in für Sporternährung
4. Ernährungscoach
5. Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Als Zielgruppe kommen Personen infrage, die bereits in einer Fitness- oder anderen Gesundheitseinrichtung (z. B. Sportverein, Verbraucherzentrale, Ernährungsberatungspraxis, Wellness-Hotel) beschäftigt sind, aber auch Personen aus bewegungsbezogenen Berufen (z. B. Fitnessfachwirte, Diplomsportlehrer) sowie aus medizinischen Berufen, die ihr Wissen und ihr Dienstleistungsspektrum im Bereich Ernährung erweitern möchten (siehe Vorbildungen der Einzellehrgänge).

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 5; Profiquifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Mentaltrainer/in-B-Lizenz
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)

<p> <b>DAUER</b> 9 Monate mit 16 Tagen Präsenzphase 1 Tag Lehrerprüfung</p>	<p> <b>ANERKENNUNG</b> Staatlich geprüft und zugelassen ZFU-Nr. 7182908</p>	
<p> <b>PRÜFUNG</b> <b>Zulassung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teilnahme an den Präsenzphasen</li> <li>• 1 Prüfungsleistung der Basisqualifikationen</li> <li>• 2 Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen</li> </ul> <p><b>Art</b> vor Ort: Klausur und mündliche Prüfung digital: Klausur und mündliche Prüfung</p>	<p> <b>GEBÜHR</b> 3.976,00 EUR; in 4 Raten zu je 994,00 EUR oder monatlich 347,00 EUR in 12 Raten; gesamt: 4.164,00 EUR</p> <p>Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138) Förderung möglich (Seite 138)</p>	
	<p> <b>START</b> Jederzeit möglich</p>	
	<p> <b>INFOS/ANMELDUNG</b> QR-Code scannen</p>	

# ERNÄHRUNGSBERATER/IN BSA

## ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer zur professionellen Durchführung einer umfassenden primär- und sekundärpräventiven sowie zielgruppenspezifischen Ernährungsberatung und -betreuung. Die Teilnehmer sind in der Lage, das Ernährungsverhalten ihrer Kunden zu analysieren, zu bewerten, anzupassen sowie gezielte Empfehlungen und Maßnahmen zu treffen und durchzuführen, um das individuelle Ernährungsverhalten ihrer Kunden zu optimieren. Darüber hinaus verfügen die Teilnehmer über Kompetenzen, um erfolgreich eine selbstständige Tätigkeit als Ernährungsberater zu planen, zu organisieren und auf dem Markt zu etablieren.



★★★★★  
Profiquifikation

## ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Als Zielgruppe kommen für diesen Lehrgang Personen infrage, die eine selbstständige Tätigkeit als Ernährungsberater anstreben. Weiter spricht dieser Lehrgang Trainer an, die sich im Bewegungsmarkt bereits etabliert haben und ihr Angebotsspektrum erweitern möchten.

Informationen zu den Vorbildungen sind den Einzellehrgängen zu entnehmen.

vor Ort

digital

## BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 5, Profiquifikation

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

## EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Mentaltrainer/in-B-Lizenz
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)

## INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
2. Berater/in für Gewichtsmanagement
3. Berater/in für Sporternährung
4. Ernährungscoach
5. Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement
6. Existenzgründung



### DAUER

9 Monate mit  
19 Tagen Präsenzphase  
1 Tag Abschlussprüfung  
„Lehrer/in für Ernährung“



### ANERKENNUNG

Staatlich geprüft und  
zugelassen ZFU-Nr. 7329818



### GEBÜHR

4.476,00 EUR; in 4 Raten zu je 1.119,00 EUR  
oder monatlich 389,00 EUR in 12 Raten;  
gesamt: 4.668,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 138)

Förderung möglich (Seite 138)



### PRÜFUNG

#### Zulassung

- Teilnahme an den Präsenzphasen
- Prüfungsleistung der „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“
- 2 Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen

#### bestehend aus

- Prüfungsleistung „Lehrer/in für Ernährung“
- Prüfungsleistung „Existenzgründung“



### START

Jederzeit möglich



### INFOS/ANMELDUNG

QR-Code scannen

