

Lehrer/in für präventives und rehabilitatives Training

Sie betreuen Kunden mit präventiven oder rehabilitativen Trainingszielen. Sie erstellen Trainingspläne für gesundheitsorientiertes Kraft-/Ausdauertraining sowie Trainingsprogramme bei internistischen oder orthopädischen Problemstellungen nach Abschluss einer med. Heilbehandlung.

★★★★★ Profiqualifikation

 vor Ort  digital



Ziel

Der Lehrgang „Lehrer/in für präventives und rehabilitatives Training“ qualifiziert die Teilnehmer zur umfassenden Trainingsbetreuung von Fitnesskunden mit primär präventiv- oder rehabilitativ-orientierten Trainingszielen. Die Lehrgangsteilnehmer sind in der Lage, eine zielgruppenspezifische Trainingssteuerung für ein gesundheitsorientiertes Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining sowie eine differenzierte Trainingssteuerung bei internistischen oder orthopädischen Problemstellungen und Risikofaktoren bis hin zu einem rehabilitativ-orientierten muskulären Aufbaustraining nach Abschluss einer medizinischen Heilbehandlung durchzuführen.

Berufliche Qualifikationsstufe

Fernstudien-DQR-Stufe 5; Profiqualifikation
Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Interessenten, die sich zum vielseitig ausgebildeten Experten für präventiv-orientiertes und rehabilitatives Fitnesstraining qualifizieren wollen.

Für diesen Lehrgang wird eigene praktische Erfahrung im Fitnesstraining dringend empfohlen.

Beschreibung

Die Zahl der Kunden in Fitnessanlagen mit Risikofaktoren und gesundheitlichen Problemen nimmt stetig zu. Um dieser Klientel gerecht zu werden, bedarf es Experten mit spezifischen Kenntnissen und Fertigkeiten. Der Lehrgang vermittelt die notwendigen Kompetenzen, um eine professionelle Trainingsbetreuung für ein präventiv-orientiertes und rehabilitatives Training durchzuführen. Ergänzend zu fundierten sportmedizinischen, trainingstheoretischen und sportpädagogischen Inhalten werden umfassende praktische Kompetenzen im präventiven und rehabilitativen Training geschult. Neben theoretischen und praktischen Inhalten zum Prozess der differenzierten Trainingssteuerung im präventiven und rehabilitativen Training vermittelt der Lehrgang spezifisches Wissen und praktische Fertigkeiten zu verschiedenen leistungs- und funktionsdiagnostischen Testverfahren, Trainingsmethoden und Periodisierungsstrategien sowie ein reichhaltiges Übungsrepertoire, speziell für die Gestaltung eines präventiven Rückentrainings sowie für ein rehabilitativ-orientiertes muskuläres Aufbaustraining nach Abschluss der medizinischen Heilbehandlung. Der Lehrgang „Lehrer/in für präventives und rehabilitatives Training“ setzt sich aus den rechts aufgeführten Einzellehrgängen zusammen.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Lehrer/in für Fitness
- Lehrer/in für Prävention und Gesundheitsförderung

Inhalte

(Auszug aus den Inhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie unter bsa-akademie.de.)

1. Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
2. Trainer/in für Cardiofitness
3. Trainer/in für gerätegestütztes Krafttraining
4. Gesundheitstrainer/in
5. Trainer/in für präventives Rückentraining
6. Trainer/in für Sportrehabilitation
7. Trainer/in für rehabilitatives Krafttraining

Abschluss

Lehrer/in für präventives und rehabilitatives Training



Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7307316

Dauer

9 Monate mit 20 Tagen Präsenzphase
1 Tag Lehrprüfung

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 %

Förderung möglich

Termine/Anmeldung

QR-Code scannen



Prüfung

Zulassung

- Teilnahme an den Präsenzphasen
- 1 Prüfungsleistung der Basisqualifikationen
- 2 Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen

Art

- **vor Ort:** Klausur und mündliche Prüfung
- **digital:** Klausur und mündliche Prüfung