

Trainer/in für Fitnessstraining in der Krebsnachsorge

Sie betreuen ehemalige Krebsbetroffene nach Therapieabschluss. Durch gesundheitsorientiertes Fitnessstraining helfen Sie ihnen, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit zu steigern sowie Spätfolgen der Therapie entgegenzuwirken. Dabei gehen Sie auf individuelle Bedürfnisse ein.

★★★★ Aufbauqualifikation

Ziel

Der Lehrgang qualifiziert zur Planung und Durchführung von Fitnessstraining mit ehemaligen Krebsbetroffenen nach Abschluss der Therapie. Sie sind in der Lage, unter Berücksichtigung der individuellen Situation ihrer Kunden Trainingsziele zu definieren, Fitnessstraining zu planen und zu betreuen. Sie kennen wesentliche medizinische Grundlagen zu den häufigsten Krebserkrankungen, Therapien, Nebenwirkungen und Spätfolgen. Von grundlegenden medizinischen Informationen können die Teilnehmer einen Transfer zur praktischen Trainingsgestaltung herstellen. Sie wissen, wann Kunden nicht trainieren dürfen und was beim Training zu beachten ist. Ihre Kunden fühlen sich dadurch sicher und kompetent betreut.

Berufliche Qualifikationsstufe

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation
Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Trainer, die bereits über Grundlagenwissen im Bereich Fitnessstraining verfügen und darauf aufbauend die Fachkompetenz zur Planung und Durchführung von gesundheitsorientiertem Fitnessstraining mit ehemaligen Krebsbetroffenen nach Abschluss der Therapie erwerben möchten.

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

Beschreibung

Fitnesstrainer betreuen immer häufiger Kunden, die von einer Krebserkrankung betroffen waren. Tatsächlich steigt die Zahl der Krebsüberlebenden in Deutschland stetig an und auch das Bewusstsein für einen körperlich aktiven Lebensstil in der Krebsnachsorge ist heute weit verbreitet. Durch Fitnessstraining können ehemalige Krebsbetroffene ihr Wohlbefinden und ihre körperliche Leistungsfähigkeit steigern sowie Spätfolgen der Therapie entgegenwirken. An den Trainer stellen sie allerdings besondere Anforderungen, denn beim Training müssen individuelle Bedürfnisse und Besonderheiten berücksichtigt werden. Im Lehrgang wird die entsprechende Fachkompetenz praxisnah vermittelt. Die Teilnehmer werden mit medizinischem Grundlagenwissen zu den häufigsten Krebserkrankungen vertraut gemacht. Auch die Effekte von Training mit ehemaligen Krebsbetroffenen werden beleuchtet. Im Mittelpunkt des Lehrgangs stehen jedoch praktische Aspekte des Fitnessstrainings mit ehemaligen Krebsbetroffenen. Sicherheitsaspekte, individuelle Trainingsziele und Besonderheiten bei der Trainingsbetreuung werden ausführlich behandelt. Die Fachkompetenz wird anhand von Fallbeispielen und Übungen vertieft.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Trainer/in für Cardiofitness
- Gesundheitstrainer/in
- Trainer/in für Sportrehabilitation



Inhalte

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

1. Medizinische Grundlagen
 - Definition und Häufigkeit von Krebserkrankungen
 - Risikofaktoren und Krebsentstehung
 - Krebstherapien, Nebenwirkungen und Spätfolgen
 - Arztbriefe und onkologische Fachbegriffe
2. Effekte von gesundheitsorientiertem Training mit ehemaligen Krebsbetroffenen
 - Effekte auf psychosozialer Ebene
 - Effekte auf körperlicher Ebene
 - Stellenwert von körperlichem Training
3. Gestaltung von Fitnessstraining mit ehemaligen Krebsbetroffenen
 - Aktuelle Leitlinien und Empfehlungen
 - Sicherheitsaspekte
 - Transfer von medizinischen Informationen in die Trainingspraxis
 - Erstgespräch, Eingangsdiagnostik
 - Individuelle Zieldefinition
 - Trainingsplanung unter Berücksichtigung individueller Besonderheiten
 - Möglichkeiten der Trainingssteuerung und Trainingserfolgskontrolle
 - Besonderheiten bei der Trainingsbetreuung
4. Fallbeispiele
 - Fallbeispiele und Übungen im Bezug auf die häufigsten Krebsarten
 - Fallbeispiele und Übungen zu den häufigsten Besonderheiten

Abschluss

Trainer/in für Fitnessstraining in der Krebsnachsorge

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7299315

Dauer

3 Monate mit 2 Tagen Präsenzphase



Gebühr

- 448,00 EUR in 1 Rate
- oder monatlich 123,00 EUR in 4 Raten; gesamt: 492,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 140)
Förderung möglich (Seite 140)

Termine/Anmeldung

QR-Code scannen



Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Präsentation