

TRAINER/IN FÜR REHABILITATIVES KRAFTTRAINING

ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer im praktischen Umgang mit verschiedenen indikationsspezifischen Krafttrainingsübungen an Seilzügen, mit freien Gewichten sowie mit Maschinen bei ausgewählten orthopädischen Beschwerdebildern nach Abschluss der medizinischen Heilbehandlung. Sie sind in der Lage, unter Berücksichtigung biomechanischer Aspekte sowie des vorliegenden Beschwerdebilds die Charakteristik der verschiedenen Übungskategorien gegeneinander abzuwägen, geeignete problemspezifische Übungen auszuwählen und dem Kunden den korrekten Umgang mit den Seilzug-, Freihantel- und Maschinenübungen zu vermitteln.

ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Trainer, die bereits über Qualifikationen und Kenntnisse im rehabilitativen Training verfügen und sich in diesem Bereich, insbesondere im praktischen Umgang mit indikationsspezifischen Übungen, weiter spezialisieren wollen. Die BSA-Qualifikationen „Fitnesstrainer/in-B-Lizenz“ sowie „Trainer/in für Sportrehabilitation“ oder vergleichbare Vorbildungen sind Voraussetzungen für die Teilnahme.

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 präventives Rückentraining
- Lehrer/in für präventives und rehabilitatives Training



★★★★
Aufbauqualifikation

📍 vor Ort

💻 digital

INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Grundlagen des rehabilitativen Seilzugtrainings
 - Biomechanische Besonderheiten
 - Belastungsdosierung
2. Grundlagen des rehabilitativen Freihanteltrainings
 - Biomechanische Besonderheiten
 - Belastungsdosierung
3. Grundlagen des rehabilitativen Maschinentrainings
 - Biomechanische Besonderheiten
 - Belastungsdosierung
4. Indikationsspezifisches Seilzug-, Freihantel- und Maschinentraining bei ausgewählten orthopädischen Beschwerdebildern
 - Impingement-Syndrom
 - Lumbaler Prolaps
 - Coxarthrose und Hüft-Total-Endoprothese (TEP)
 - Gonarthrose
 - Ruptur des vorderen Kreuzbandes
 - Chondropathia Patellae
 - Meniskusläsion
5. Gerätehandling
 - Indikationsspezifische Seilzugübungen
 - Indikationsspezifische Freihantelübungen
 - Indikationsspezifische Maschinenübungen

 **DAUER**
3 Monate mit
2 Tagen Präsenzphase

 **ANERKENNUNG**
Staatlich geprüft und
zugelassen ZFU-Nr. 7197409



 **PRÜFUNG**
Zulassung
Teilnahme an der
Präsenzphase

Art
vor Ort: Lehrprobe
digital: Lehrprobe als Video

 **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 138)
Förderung möglich (Seite 138)

 **START**
Jederzeit möglich

 **INFOS/ANMELDUNG**
QR-Code scannen

