

DIPLOMIERTER PERSONAL FITNESSTRAINER

Personal Trainer sind heutzutage schon lange kein Privileg der Reichen und Berühmten mehr. Professionelle Personal Trainer sind nicht nur einfache Trainer, die eben ein bisschen Sport mit dem Kunden machen. Sie verkörpern wesentlich mehr und sind auch Ansprechpartner in vielen wichtigen Gesundheitsbereichen und Lebenssituationen. Dies betrifft in erster Linie natürlich die Ernährung und in weiterer Folge auch alle mentalen Aspekte wie Motivation, Unterstützung und mentale Betreuung während und nach dem Training.

AUSBILDUNGSZIEL

Durch positives Auftreten und Einfühlungsvermögen kommt der Kunde weg von der „Massenabfertigung“ in diversen Fitnesscentern und wird als Person wahrgenommen. Der Mensch, das einzelne Individuum steht beim Personal Training im Vordergrund. Professionelle Personal FitnesstrainerInnen lernen bei Ihren Kunden in wesentlich weniger Zeit deutlich bessere Ergebnisse zu erzeugen und dabei noch jede Menge Abwechslung und Spaß im Training zu bieten! Durch den praxisorientierten Ansatz dieser Ausbildung, in der Sie an jedem Unterrichtstag lernen und üben können wie man sich in der Trainerrolle verhält, ist es nach dem Abschluss der Ausbildung ein leichtes sich ins Berufsleben zu begeben. Da die Teilnehmerzahl pro Kurs auf max. 8 Personen beschränkt ist, kann die erworbene Praxis sofort umgesetzt und angewandt werden.

ZIELGRUPPE

Die Ausbildung richtet sich an sport- und / oder ernährungsinteressierte Personen, die bereits vorangegangene Ausbildungen im Sport- oder Ernährungsbereich haben. Weiters richtet sie sich an TrainerInnen und SportlerInnen mit umfangreicher Bewegungserfahrung und eigener Trainingserfahrung, sowie mit grundlegenden Kenntnissen in den Bereichen Anatomie, Trainingslehre und Ernährung.

LERNINHALTE

- Spezielle Trainingslehre, Gerätelehre
- Functional Training, aktuelle Trainingsmethoden im PT
- Kraft- und Ausdauertraining in Theorie und Praxis
- „One to One“ Trainings
- Sportverletzungen und Regeneration
- Trainingsprinzipien und praktische Umsetzung
- Erstellen von Trainingsplänen & Ernährungsempfehlungen
- Ausdauertraining: Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung in Theorie und Praxis
- Sporternährung/Nahrungsergänzungen/Doping
- Koordination und Sensomotorik: funktionales Training
- Entspannungsmethoden und Mentaltraining
- Didaktik und Methodik/Marketing

NUTZEN UND TÄTIGKEITSFELDER

Den AbsolventInnen dieser Ausbildung steht durch Ihre erworbenen Fähigkeiten individuell und räumlich komplett unabhängig arbeiten zu können, eine große und stetig wachsende Zielgruppe gegenüber, welche es zu betreuen gilt. Für ein Angestelltenverhältnis erwerben Sie die optimalen Voraussetzungen eine interessante, abwechslungsreiche und gut honorierte Stelle zu bekommen. Auf selbständiger Basis haben Sie das beste Fundament für Ihre weiteren beruflichen Aufstieg in der Tasche. Egal ob im Firmen- oder Privatbereich, viele Menschen möchten Ihre Kondition und Ihr Leistungsvermögen steigern oder einfach nur Ihre Figur in den Griff bekommen.

Mögliche Einsatzbereiche können sein:
Fitness-Studios, Vereine, Sport- und Wellnesshotels, Kuranstalten, Fittesseinrichtungen und Freizeitanlagen, Thermen, Gemeinschaftspraxen mit Ärzten, Masseuren und Therapeuten, Chef-Etagen, Film-Sets, Society-Kreise, ...

AUSBILDUNGSDAUER / KOSTEN

€ 1.499,- (in der exklusiven 1:1 Variante)
168 Einheiten

DURCH UNSERE, IM GESAMTEN DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM, EINZIGARTIGE SPEZIALISIERUNG AUF DIE AUSBILDUNGEN ZUM DIPLOMIERTEN PERSONAL FITNESSTRAINER, GARANTIEREN WIR DIE HÖCHSTEN QUALITÄTSKRITERIEN IN DEN BEREICHEN UNTERRICHTSGESTALTUNG, AUSWAHL DER TRAINER UND TEILNEHMER UND LEGEN SOMIT DAS FUNDAMENT FÜR IHRE ZUKÜNFTIGEN GESUNDHEITLICHEN UND FINANZIELLEN ERFOLGE!