

Kursdaten 2020 Group Fitness / Kurse

Kursbezeichnung	Datum	Anzahl Tage	Ort	Einzelpreis CHF
Grundlagen Group Fitness (Group Fitness Basic und Heart I)	Sa, 18.01.2020	5	Zürich	1350.00
	Sa, 01.02.2020			
	So, 02.02.2020			
	Sa, 08.02.2020			
	Sa, 15.02.2020			
Grundlagen Group Fitness (Group Fitness Basic und Heart I)	Sa, 18.04.2020	5	Zürich	1350.00
	Sa, 02.05.2020			
	So, 03.05.2020			
	Sa, 09.05.2020			
	Sa, 16.05.2020			
Grundlagen Group Fitness (Group Fitness Basic und Heart I)	Sa, 29.08.2020	5	Zürich	1350.00
	Sa, 19.09.2020			
	So, 20.09.2020			
	Sa, 03.10.2020			
	Sa, 10.10.2020			

Für Quereinsteiger (Fitness Trainer, Bewegungsfachleute, etc.)				
Group Fitness Basic	Sa, 18.01.2020	3	Zürich	765.00
	Sa, 08.02.2020			
	Sa, 15.02.2020			
Group Fitness Basic	Sa, 18.04.2020	3	Zürich	765.00
	Sa, 09.05.2020			
	Sa, 16.05.2020			
Group Fitness Basic	Sa, 29.08.2020	3	Zürich	765.00
	Sa, 03.10.2020			
	Sa, 10.10.2020			

Dipl. Body Toning & Workout Instructor

Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag)	Sa, 29.02.2020	6	Zürich	995.00
	So, 01.03.2020			
	Sa, 07.03.2020			
	Sa, 14.03.2020			
	Sa, 28.03.2020			
	Pr-Sa, 18.04.2020			
Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag)	Sa, 06.06.2020	6	Zürich	995.00
	So, 07.06.2020			
	Sa, 20.06.2020			
	So, 21.06.2020			
	Sa, 04.07.2020			
	Pr-Sa, 15.08.2020			
Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag)	Sa, 24.10.2020	6	Zürich	995.00
	So, 25.10.2020			
	Sa, 31.10.2020			
	Sa, 07.11.2020			
	Sa, 21.11.2020			
	Pr-Sa, 12.12.2020			

Ernährung / Personal Trainer / Stretching

Personal Trainer	Sa, 04.04.2020 So, 05.04.2020 Sa, 25.04.2020 So, 26.04.2020	4	Zürich	1420.00
Functional Fitness Trainer	Sa, 18.01.2020 So, 19.01.2020 Sa, 01.02.2020 So, 02.02.2020	4	Zürich	1020.00
Functional Fitness Trainer	Sa, 22.08.2020 So, 23.08.2020 Sa, 12.09.2020 So, 13.09.2020	4	Zürich	1020.00
Ernährung Basic	Sa, 28.03.2020 So, 29.03.2020	2	Zürich	480.00
Ernährungstrainer	Sa, 16.05.2020 So, 17.05.2020 Sa, 13.06.2020 So, 14.06.2020 Prüfung- Sa, 15.08.2020	4 + P	Zürich	1275.00
Stretching Instructor	Fr, 14.02.2020 Sa, 15.02.2020 So, 16.02.2020	3	Zürich	765.00

Dipl. Rückentrainer

Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	22./23.02.2020	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	21./22.03.2020	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	27./28.06.2020	2	Zürich	510.00
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	21./22.05.2020	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	23./24.05.2020	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	27./28.06.2020	2	Zürich	510.00
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	12./13.09.2020	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	03./04.10.2020	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	17./18.10.2020	2	Zürich	510.00
Dipl. Antara® Rücken Trainer				
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	16./17.10.2020	2	Zürich	510.00
Modul F - Schultergelenk – HWS	14./15.11.2020	2	Zürich	510.00
Modul G - Praxis Tag Group / Fitness - inkl. Prüfungstag	28.11.2020	2	Zürich	420.00
Modul G - Prüfungsdatum (Prüfung ab 17 Uhr)	15.01.2021		Zürich	

Group Fitness Konzepte

M.A.X.[®] - Muscle Activity Excellence

M.A.X. [®]	07.12.2019	1	Zürich	295.00
M.A.X. [®]	14.03.2020	1	Zürich	295.00
M.A.X. [®]	21.06.2020	1	Zürich	295.00
M.A.X. [®]	19.09.2020	1	Zürich	295.00
M.A.X. [®]	07.11.2020	1	Zürich	295.00
M.A.X. [®]	05.12.2020	1	Zürich	295.00

BOOST[®] - Pure Circuit Training

BOOST [®]	02.05.2020	1	Zürich	240.00
BOOST [®]	08.11.2020	1	Zürich	240.00

smartAbs

smartAbs	22.02.2020	1	Zürich	240.00
smartAbs	27.06.2020	1	Zürich	240.00
smartAbs	12.09.2020	1	Zürich	240.00



Body Toning / Kräftigung / Workout

Cardio Toning	9-12 Uhr – 23.11.2019	3 Std.	Zürich	95.00
Bauch Beine Po	13-16 Uhr – 23.11.2019	3 Std.	Zürich	95.00
Flow Tone	9-12 Uhr – 01.02.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Toning mit Theraband	13-16 Uhr – 01.02.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Circuit Training	9-12 Uhr – 29.02.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Warm up Variation	13-16 Uhr – 29.02.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Functional Work	9-12 Uhr – 14.03.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Toning mit CLX-Theraband	13-16 Uhr – 14.03.2020	3 Std.	Zürich	95.00
StreetFit – das Outdoor Training	17.05.2020	1	Zürich	190.00
Cardio Toning	9-12 Uhr – 22.08.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Bauch Beine Po	13-16 Uhr – 22.08.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Cardio Toning	9-12 Uhr – 22.08.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Bauch Beine Po	13-16 Uhr – 22.08.2020	3 Std.	Zürich	95.00
Body Toning Variation	29.08.2020	1	Zürich	190.00

Diverse Themen

Stretching Basic	02.02.2020	1	Zürich	240.00
Stretching Basic	03.05.2020	1	Zürich	240.00
Stretching Basic	20.09.2020	1	Zürich	240.00
Ernährung Basic	Sa, 28.03.2020 So, 29.03.2020	2	Zürich	480.00
Methodik / Didaktik / Lernpsychologie	Sa, 04.04.2020 So, 05.04.2020	2	Zürich	480.00
Methodik / Didaktik / Lernpsychologie	Sa, 24.10.2020 So, 25.10.2020	2	Zürich	480.00
Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention	Fr, 30.10.2020 Sa, 31.10.2020	2	Zürich	480.00
Sensomotorik	Fr, 06.03.2020	1	Zürich	240.00
Sensomotorik	Fr, 02.10.2020	1	Zürich	240.00
Heart II (Anatomie & Physiologie)	08./09.02.2020	2	Zürich	480.00
Heart II (Anatomie & Physiologie)	05./06.09.2020	2	Zürich	480.00

Entspannung

Trance Words® – der strukturierte Weg in die Entspannung	Sa, 07.03.2020	1	Zürich	240.00
--	----------------	---	--------	--------

Facebook: Visit us on www.facebook.com/stareducation

Informationen: Alle Informationen zu den einzelnen Modulen, über Voraussetzungen, Kompetenzen, Lernziele, Inhalte, Termine und Kosten sind auch unter www.star-education.ch ersichtlich.

Beratung: Gerne beraten wir Sie persönlich unter +41 44 383 55 77 oder empfangen Sie zu einem persönlichen Gespräch.

starShop: Neue Musik, von der star empfohlene Literatur und Bücher sowie Trainingstools finden Sie in unserem Online-Shop.

Newsletter: Tragen Sie sich in unserer Mailkartei ein: www.star-education.ch

Die star education ist zertifiziert

EDUQUA

**Anmeldung**

Kursname	Termin
Kursname	Termin
Kursname	Termin
Name	Vorname
Strasse	PLZ / Ort
Tel / Mobile	Email
Datum	Unterschrift

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie bekommen eine Anmeldebestätigung / Rechnung mit einem Einzahlungsschein zugeschickt. Annullation: Es gelten die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen“ (AGB) der star education AG (siehe Internet).