

Kursdaten 2025/26 Fitness & Gesundheitsförderung



Geändert: 17.09.25

Kursbezeichnung	Datum	Anzahl Tage	Ort	Einzelpreis CHF
Dipl. Fitness Trainer				
Dipl. Fitness Trainer	Sa, 10.01.2026 So, 11.01.2026 Sa, 24.01.2026 So, 25.01.2026 Sa, 07.02.2026 So, 08.02.2026 Sa, 21.02.2026 So, 22.02.2026 Sa, 07.03.2026 Prüfung - Sa, 11.04.2026	10	Zürich	2295.00 5 Raten à 480.00
Dipl. Fitness Trainer				
Dipl. Fitness Trainer	Sa, 28.03.2026 So, 29.03.2026 Sa, 18.04.2026 So, 19.04.2026 Sa, 02.05.2026 So, 03.05.2026 Sa, 30.05.2026 So, 31.05.2026 Sa, 13.06.2026 Prüfung - Sa, 04.07.2026	10	Zürich	2295.00 5 Raten à 480.00
Dipl. Fitness Trainer				
Dipl. Fitness Trainer	Sa, 29.08.2026 So, 30.08.2026 Sa, 12.09.2026 So, 13.09.2026 Sa, 26.09.2026 So, 27.09.2026 Sa, 10.10.2026 So, 11.10.2026 Sa, 31.10.2026 Prüfung - Sa, 28.11.2026	10	Zürich	2295.00 5 Raten à 480.00

Änderungen vorbehalten!



Weiterbildung Fitness & Gesundheitsförderung

Medical Fitness Trainer	Sa, 04.10.2025 So, 05.10.2025 Sa, 01.11.2025 So, 02.11.2025 Sa, 22.11.2025	5 + schriftlicher Kompetenznachweis	Zürich	1530.00
Medical Fitness Trainer	Sa, 03.10.2026 So, 04.10.2026 Sa, 07.11.2026 So, 08.11.2026 Sa, 21.11.2026	5 + schriftlicher Kompetenznachweis	Zürich	1530.00
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	Sa, 21.02.2026 So, 22.02.2026	6	Zürich	1530.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	Sa, 07.03.2026 So, 08.03.2026			
Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche	Sa, 25.04.2026 So, 26.04.2026			
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	Sa, 21.02.2026 So, 22.02.2026	6	Zürich	1530.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	Sa, 07.03.2026 So, 08.03.2026			
Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche	Sa, 20.06.2026 So, 21.06.2026			
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	Do, 14.05.2026 Fr, 15.05.2026	6	Zürich	1530.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	Sa, 16.05.2026 So, 17.05.2026			
Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche	Sa, 20.06.2026 So, 21.06.2026			
Antara® Rücken Trainer 1				
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	Sa, 05.09.2026 So, 06.09.2026	6	Zürich	1530.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	Sa, 26.09.2026 So, 27.09.2026			
Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche	Sa, 24.10.2026 So, 25.10.2026			
Dipl. Antara® Rücken Trainer				
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	Sa, 04.10.2025 So, 05.10.2025	5 + Prüfung	Zürich	1440.00
Modul F - Schultergelenk – HWS	Sa, 15.11.2025 So, 16.11.2025			
Modul G - Praxis Tag Group / Fitness - inkl. Prüfungstag	Sa, 06.12.2025			
Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness	Sa, 24.01.2026			
Dipl. Antara® Rücken Trainer				
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	Sa, 03.10.2026 So, 04.10.2026	5 + Prüfung	Zürich	1440.00
Modul F - Schultergelenk – HWS	Sa, 14.11.2026 So, 15.11.2026			
Modul G - Praxis Tag Group / Fitness - inkl. Prüfungstag	Sa, 05.12.2026			
Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness	Sa, 30.01.2027			

Functional Fitness Trainer	Sa, 17.01.2026 So, 18.01.2026 Sa, 14.02.2026 So, 15.02.2026	4	Zürich	1020.00
Workout Coach	Sa, 17.01.2026 So, 18.01.2026 Sa, 14.02.2026 Prüfung - Sa, 14.03.2026	4	Zürich	1020.00
Workout Coach	Sa, 09.05.2026 So, 10.05.2026 Sa, 06.06.2026 Prüfung - Sa, 27.06.2026	4	Zürich	1020.00
Workout Coach	Sa, 22.08.2026 So, 23.08.2026 Sa, 12.09.2026 Prüfung - Sa, 17.10.2026	4	Zürich	1020.00
Cardio Coach	Sa, 20.09.2025 So, 21.09.2025	2	Zürich	480.00
Cardio Coach	Sa, 02.05.2026 So, 03.05.2026	2	Zürich	480.00
Cardio Coach	Sa, 19.09.2026 So, 20.09.2026	2	Zürich	480.00
Stretching Instructor	Fr, 13.02.2026 Sa, 14.02.2026 So, 15.02.2026	3	Zürich	765.00
Ernährung Basic	Sa, 21.03.2026 So, 22.03.2026	2	Zürich	480.00
Ernährungstrainer	Sa, 30.05.2026 So, 31.05.2026 Sa, 13.06.2026 So, 14.06.2026 Prüfung - Sa, 15.08.2026	4 + P	Zürich	1275.00
Verkauf und Administration	Fr, 21.08.2026 Sa, 22.08.2026 Fr, 04.09.2026 Sa, 05.09.2026	4	Zürich	1020.00



Modulprüfungen (eidg. FA)

Basismodul 1 (Anatomie und Physiologie II)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	60min.	Zürich	150.00
Basismodul 2 (Trainingslehre II)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	60min.	Zürich	150.00
Basismodul 3 (Methodik, Didaktik, Lernpsychologie)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	60min.	Zürich	150.00
Basismodul 5 (Gerätegestützte und geräteunabhängige Bewegungskompetenz)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	60min.	Zürich	150.00
Hauptmodul 2 (Trainingsprogramme entwickeln und durchführen)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	90min.	Zürich	200.00
Hauptmodul 3 (Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention)	Fr, 07.11.2025 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	45min.	Zürich	150.00
Wahlmodul 2 (Verkauf und Administration)	Fr, 07.11.2025 Fr, 20.02.2026 Fr, 29.05.2026 Fr, 04.09.2026 Fr, 30.10.2026	60min.	Zürich	150.00

Änderungen vorbehalten!



**SPEZIALIST BEWEGUNGS- UND
GESUNDHEITSFÖRDERUNG**
mit eidg. Fachausweis

**FACHRICHTUNG FITNESS-
UND GESUNDHEITSTRaining**

**50%
SUBVENTIONEN
VOM BUND!**

EDUQUA

AVS-GEPRÜFT

Weiterbildung Fitness & Gesundheitsförderung

Kursbezeichnung	Datum	Anzahl Tage	Ort	Einzelpreis CHF
Preisvorteil Workshop Package Buche 3 Workshops – profitiere von 33% Rabatt				
Kompetenz-Vertiefung				
Heart II (Anatomie & Physiologie)	Sa, 31.01.2026 So, 01.02.2026	2	Zürich	480.00
Sicheres Bauchtraining mit Fokus auf Rektusdiastase	Sa, 28.03.2026 So, 29.03.2026	2	Zürich	380.00
Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention	Sa, 11.04.2026 So, 12.04.2026	2	Zürich	480.00
Methodik / Didaktik / Lernpsychologie	Sa, 11.10.2025 So, 12.10.2025	2	Zürich	480.00
Methodik / Didaktik / Lernpsychologie	Sa, 10.10.2026 So, 11.10.2026	2	Zürich	480.00
Ernährung Basic	Sa, 21.03.2026 So, 22.03.2026	2	Zürich	480.00
Gesunder Darm – Starkes Immunsystem	Sa, 01.11.2025	1	Zürich	190.00
Optimaler Stoffwechsel = Top in Form	So, 02.11.2025	1	Zürich	190.00
Specials / Divers				
Sensomotorik	Fr, 26.09.2025	1	Zürich	240.00
Sensomotorik	Fr, 06.03.2026	1	Zürich	240.00
Sensomotorik	Fr, 25.09.2026	1	Zürich	240.00
Atmung im Training	Sa, 12.09.2026	1	Zürich	190.00
Stretching 1zu1 – gekonnter, taktile Support	Sa, 01.11.2025	1	Zürich	240.00
Stretching 1zu1 – gekonnter, taktile Support	Sa, 07.11.2026	1	Zürich	240.00
Der Weg in die Selbstständigkeit	Sa, 15.11.2025	1	Zürich	240.00
Der Weg in die Selbstständigkeit	Sa, 14.03.2026	1	Zürich	240.00
Stretching Basic	So, 25.01.2026	1	Zürich	240.00
Stretching Basic	So, 19.04.2026	1	Zürich	240.00
Stretching Basic	So, 13.09.2026	1	Zürich	240.00
StreetFit – das Outdoor Training	Sa, 25.04.2026	1	Zürich	190.00

Änderungen vorbehalten!

Die star education ist zertifiziert



Haben Sie Fragen? Gerne stehen wir für ein persönliches Beratungsgespräch, entweder vor Ort oder telefonisch, zur Verfügung.

Kontaktieren Sie uns via Email: info@star-education.ch

Die Anmeldung für den gewünschten Lehrgang oder Kurs können Sie direkt über die Homepage www.star-education.ch vornehmen.

Wir freuen uns, Sie bei uns in der star begrüßen zu dürfen.