

| Kursbezeichnung              | Datum  | Anzahl<br>Tage | Ort    | Einzelpreis<br>CHF              |
|------------------------------|--|----------------|--------|---------------------------------|
| <b>Dipl. Fitness Trainer</b> | Sa, 31.08.2024<br>So, 01.09.2024<br>Sa, 14.09.2024<br>So, 15.09.2024<br>Sa, 28.09.2024<br>So, 29.09.2024<br>Sa, 12.10.2024<br>So, 13.10.2024<br>Sa, 09.11.2024<br>Prüfung - Sa, 30.11.2024 | 10             | Zürich | 2295.00<br><br>5 Raten à 480.00 |
| <b>Dipl. Fitness Trainer</b> | Sa, 11.01.2025<br>So, 12.01.2025<br>Sa, 25.01.2025<br>So, 26.01.2025<br>Sa, 08.02.2025<br>So, 09.02.2025<br>Sa, 22.02.2025<br>So, 23.02.2025<br>Sa, 08.03.2025<br>Prüfung - Sa, 05.04.2025 | 10             | Zürich | 2295.00<br><br>5 Raten à 480.00 |
| <b>Dipl. Fitness Trainer</b> | Sa, 29.03.2025<br>So, 30.03.2025<br>Sa, 12.04.2025<br>So, 13.04.2025<br>Sa, 03.05.2025<br>So, 04.05.2025<br>Sa, 17.05.2025<br>So, 18.05.2025<br>Sa, 14.06.2025<br>Prüfung - Sa, 05.07.2025 | 10             | Zürich | 2295.00<br><br>5 Raten à 480.00 |
| <b>Dipl. Fitness Trainer</b> | Sa, 30.08.2025<br>So, 31.08.2025<br>Sa, 13.09.2025<br>So, 14.09.2025<br>Sa, 27.09.2025<br>So, 28.09.2025<br>Sa, 11.10.2025<br>So, 12.10.2025<br>Sa, 08.11.2025<br>Prüfung - Sa, 29.11.2025 | 10             | Zürich | 2295.00<br><br>5 Raten à 480.00 |

Anderungen vorbehalten!

## Weiterbildung Fitness & Gesundheitsförderung

|  |                |   |        |         |  |
|--|----------------|---|--------|---------|--|
| <b>Dipl. Medical Fitness Trainer</b>                     |                |   |        |         |  |
|  | Sa, 05.10.2024 | 5 +<br>schriftlicher<br>Kompetenzn<br>achweis | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 06.10.2024 |   |        |         |  |
|  | Sa, 02.11.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 03.11.2024 |   |        |         |  |
|  | Sa, 23.11.2024 |   |        |         |  |
| <b>Dipl. Medical Fitness Trainer</b>                     |                |   |        |         |  |
|  | Sa, 04.10.2025 | 5 +<br>schriftlicher<br>Kompetenzn<br>achweis | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 05.10.2025 |   |        |         |  |
|  | Sa, 01.11.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 02.11.2025 |   |        |         |  |
|  | Sa, 22.11.2025 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Do, 09.05.2024 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | Fr, 10.05.2024 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 11.05.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 12.05.2024 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 22.06.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 23.06.2024 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Sa, 07.09.2024 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 08.09.2024 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 28.09.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 29.09.2024 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 26.10.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 27.10.2024 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Sa, 22.02.2025 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 23.02.2025 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 08.03.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 09.03.2025 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 26.04.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 27.04.2025 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Sa, 22.02.2025 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 23.02.2025 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 08.03.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 09.03.2025 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 21.06.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 22.06.2025 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Do, 29.05.2025 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | Fr, 30.05.2025 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 31.05.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 01.06.2025 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 21.06.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 22.06.2025 |   |        |         |  |
| <b>Antara® Rücken Trainer 1</b>                          |                |   |        |         |  |
| Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur         | Sa, 06.09.2025 | 6   | Zürich | 1530.00 |  |
|  | So, 07.09.2025 |   |        |         |  |
| Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint       | Sa, 27.09.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 28.09.2025 |   |        |         |  |
| Modul C - Praxis Tage Fitness / Trainingsfläche          | Sa, 25.10.2025 |   |        |         |  |
|  | So, 26.10.2025 |   |        |         |  |
| <b>Dipl. Antara® Rücken Trainer</b>                      |                |   |        |         |  |
| Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG                      | Sa, 05.10.2024 | 5 +<br>Prüfung                                | Zürich | 1440.00 |  |
|  | So, 06.10.2024 |   |        |         |  |
| Modul F - Schultergelenk – HWS                           | Sa, 16.11.2024 |   |        |         |  |
|  | So, 17.11.2024 |   |        |         |  |
| Modul G - Praxis Tag Group / Fitness - inkl. Prüfungstag | Sa, 07.12.2024 |   |        |         |  |
| Modul G - Prüfungsdatum                                  | Sa, 11.01.2025 |   |        |         |  |
|  |                |   |        |         |  |
| <b>Dipl. Antara® Rücken Trainer</b>                      |                |   |        |         |  |
| Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG                      | Sa, 04.10.2025 | 5 +<br>Prüfung                                | Zürich | 1440.00 |  |
|  | So, 05.10.2025 |   |        |         |  |
| 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                                  | Sa, 10.01.2026 |   |        |         |  |
|  |                |   |        |         |  |

|  |  |       |        |         |
|--|--|-------|--------|---------|
| <b>Zert. Trainer im Alterungsprozess</b> | Sa, 05.10.2024<br>So, 06.10.2024<br>Sa, 16.11.2024<br>So, 17.11.2024<br>Prüfung - Sa, 14.12.2024 | 4 + P | Zürich | 1275.00 |
| <b>Zert. Trainer im Alterungsprozess</b> | Sa, 01.02.2025<br>So, 02.02.2025<br>Sa, 01.03.2025<br>So, 02.03.2025<br>Prüfung - Sa, 22.03.2025 | 4 + P | Zürich | 1275.00 |
| <b>Functional Fitness Trainer</b>        | Sa, 25.01.2025<br>So, 26.01.2025<br>Sa, 15.02.2025<br>So, 16.02.2025                             | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Workout Coach</b>                     | Sa, 25.05.2024<br>So, 26.05.2024<br>Sa, 08.06.2024<br>Prüfung - Sa, 29.06.2024                   | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Workout Coach</b>                     | Sa, 24.08.2024<br>So, 25.08.2024<br>Sa, 14.09.2024<br>Prüfung - Sa, 19.10.2024                   | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Workout Coach</b>                     | Sa, 18.01.2025<br>So, 19.01.2025<br>Sa, 15.02.2025<br>Prüfung - Sa, 15.03.2025                   | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Workout Coach</b>                     | Sa, 10.05.2025<br>So, 11.05.2025<br>Sa, 24.05.2025<br>Prüfung - Sa, 28.06.2025                   | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Cardio Coach</b>                      | Sa, 04.05.2024<br>So, 05.05.2024   | 2     | Zürich | 480.00  |
| <b>Cardio Coach</b>                      | Sa, 21.09.2024<br>So, 22.09.2024   | 2     | Zürich | 480.00  |
| <b>Cardio Coach</b>                      | Sa, 03.05.2025<br>So, 04.05.2025   | 2     | Zürich | 480.00  |
| <b>Cardio Coach</b>                      | Sa, 20.09.2025<br>So, 21.09.2025   | 2     | Zürich | 480.00  |
| <b>Stretching Instructor</b>             | Fr, 16.08.2024<br>Sa, 17.08.2024<br>So, 18.08.2024   | 3     | Zürich | 765.00  |
| <b>Stretching Instructor</b>             | Fr, 14.02.2025<br>Sa, 15.02.2025<br>So, 16.02.2025   | 3     | Zürich | 765.00  |
| <b>Ernährungstrainer</b>                 | Sa, 01.06.2024<br>So, 02.06.2024<br>Sa, 15.06.2024<br>So, 16.06.2024<br>Prüfung - Sa, 17.08.2024 | 4 + P | Zürich | 1275.00 |
| <b>Ernährung Basic</b>                   | Sa, 22.03.2025<br>So, 23.03.2025   | 2     | Zürich | 480.00  |
| <b>Ernährungstrainer</b>                 | Sa, 17.05.2025<br>So, 18.05.2025<br>Sa, 14.06.2025<br>So, 15.06.2025<br>Prüfung - Sa, 16.08.2025 | 4 + P | Zürich | 1275.00 |
| <b>Verkauf und Administration</b>        | Mi, 21.08.2024<br>Do, 22.08.2024<br>Fr, 23.08.2024<br>Sa, 24.08.2024                             | 4     | Zürich | 1020.00 |
| <b>Verkauf und Administration</b>        | Mi, 20.08.2025<br>Do, 21.08.2025<br>Fr, 22.08.2025<br>Sa, 23.08.2025                             | 4     | Zürich | 1020.00 |

## Modulprüfungen (eidg. FA)

|  |                |        |        |        |
|--|----------------|--------|--------|--------|
| <b>Basismodul 1</b><br>(Anatomie und Physiologie II)                                 | Fr, 21.06.2024 | 60min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |
| <b>Basismodul 2</b><br>(Trainingslehre II)   | Fr, 21.06.2024 | 60min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |
| <b>Basismodul 3</b><br>(Methodik, Didaktik, Lernpsychologie)                         | Fr, 21.06.2024 | 60min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |
| <b>Basismodul 5</b><br>(Gerätegestützte und geräteunabhängige<br>Bewegungskompetenz) | Fr, 21.06.2024 | 60min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |
| <b>Hauptmodul 2</b><br>(Trainingsprogramme entwickeln und durchführen)               | Fr, 21.06.2024 | 90min. | Zürich | 200.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |
| <b>Hauptmodul 3</b><br>(Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention)             | Fr, 06.09.2024 | 45min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 07.11.2025 |        |        |        |
| <b>Wahlmodul 2</b><br>(Verkauf und Administration)                                   | Fr, 21.06.2024 | 60min. | Zürich | 150.00 |
|  | Fr, 06.09.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 08.11.2024 |        |        |        |
|  | Fr, 21.02.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 23.05.2025 |        |        |        |
|  | Fr, 05.09.2025 |        |        |        |
| Fr, 07.11.2025   |                |        |        |        |

Änderungen vorbehalten!

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

**FACHRICHTUNG FITNESS-  
UND GESUNDHEITSTRaining**

**50%  
SUBVENTIONEN  
VOM BUND!**

EDUQUA

## Weiterbildung Fitness & Gesundheitsförderung

| Kursbezeichnung                                     | Datum                            | Anzahl Tage | Ort    | Einzelpreis CHF |
|---|----------------------------------|-------------|--------|-----------------|
| <b>Kompetenz-Vertiefung</b>                         |                                  |             |        |                 |
| Heart II (Anatomie & Physiologie)                   | Sa, 01.02.2025<br>So, 02.02.2025 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Sicheres Bauchtraining mit Fokus auf Rektusdiastase | Sa, 30.11.2024<br>So, 01.12.2024 | 2           | Thun   | 380.00          |
| Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention     | Sa, 29.06.2024<br>So, 30.06.2024 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention     | Sa, 05.04.2025<br>So, 06.04.2025 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Methodik / Didaktik / Lernpsychologie               | Sa, 12.10.2024<br>So, 13.10.2024 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Methodik / Didaktik / Lernpsychologie               | Sa, 11.10.2025<br>So, 12.10.2025 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Ernährung Basic                                     | Sa, 22.03.2025<br>So, 23.03.2025 | 2           | Zürich | 480.00          |
| Gesunder Darm – Starkes Immunsystem                 | Sa, 02.11.2024                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| Optimaler Stoffwechsel = Top in Form                | So, 03.11.2024                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| 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          |
| <b>Specials / Divers</b>                            |                                  |             |        |                 |
| Sensomotorik  | Fr, 27.09.2024                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Sensomotorik  | Fr, 07.03.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Sensomotorik  | Fr, 26.09.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Atmung im Training                                  | Sa, 14.09.2024                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| Atmung im Training                                  | Sa, 13.09.2025                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| Stretching 1zu1 – gekonnter, taktile Support        | Sa, 02.11.2024                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| Stretching 1zu1 – gekonnter, taktile Support        | Sa, 01.11.2025                   | 1           | Zürich | 190.00          |
| Der Weg in die Selbstständigkeit                    | Sa, 12.10.2024                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Der Weg in die Selbstständigkeit                    | Sa, 11.10.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Stretching Basic                                    | So, 15.09.2024                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Stretching Basic                                    | So, 26.01.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Stretching Basic                                    | So, 13.04.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |
| Stretching Basic                                    | So, 14.09.2025                   | 1           | Zürich | 240.00          |

Änderungen vorbehalten!

Die star education ist zertifiziert



## 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.  
Annulation: Es gelten die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen“ (AGB) der star education AG (siehe [www.star-education.ch](http://www.star-education.ch)).

Änderungen vorbehalten!