

Kursdaten 2026/27 Group Fitness / Kurse



Geändert: 13.05.2026

| Kursbezeichnung | Datum | Anzahl Tage | Ort | Einzelpreis CHF |
|-----------------|-------|-------------|-----|-----------------|
|-----------------|-------|-------------|-----|-----------------|

Grundlagen Group Fitness

Preisvorteil bei Gesamtbuchung

2190.00
(anstatt 2370.00)

Grundlagen Group Fitness mit dipl. Body Toning & Workout Instructor

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---|--------|------------------|
| Grundlagen Group Fitness | Sa, 29.08.2026 Sa, 12.09.2026 | 5 | Zürich | 1275.00 |
| 5 Präsenztage & 2.5 Tage E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 13.09.2026 Sa, 26.09.2026 So, 27.09.2026 | | | 4 Raten à 350.00 |
| Grundlagen Group Fitness | Sa, 16.01.2027 Sa, 30.01.2027 | 5 | Zürich | 1275.00 |
| 5 Präsenztage & 2.5 Tage E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 31.01.2027 Sa, 13.02.2027 So, 14.02.2027 | | | 4 Raten à 350.00 |
| Grundlagen Group Fitness | Sa, 10.04.2027 Sa, 24.04.2027 | 5 | Zürich | 1275.00 |
| 5 Präsenztage & 2.5 Tage E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 25.04.2027 Sa, 22.05.2027 So, 23.05.2027 | | | 4 Raten à 350.00 |
| Grundlagen Group Fitness | Sa, 04.09.2027 Sa, 18.09.2027 | 5 | Zürich | 1275.00 |
| 5 Präsenztage & 2.5 Tage E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 19.09.2027 Sa, 02.10.2027 So, 03.10.2027 | | | 4 Raten à 350.00 |

Für Quereinsteiger (Fitness Trainer, Bewegungsfachleute, etc.)

| | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---|--------|------------------|
| Group Fitness Basic (ohne Anatomie und Stretch Basic) | Sa, 29.08.2026 Sa, 26.09.2026 | 3 | Zürich | 765.00 |
| 3 Präsenztage & 1 Tag E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 27.09.2026 | | | 2 Raten à 415.00 |
| Group Fitness Basic (ohne Anatomie und Stretch Basic) | Sa, 16.01.2027 Sa, 13.02.2027 | 3 | Zürich | 765.00 |
| 3 Präsenztage & 1 Tag E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 14.02.2027 | | | 2 Raten à 415.00 |
| Group Fitness Basic (ohne Anatomie und Stretch Basic) | Sa, 10.04.2027 Sa, 22.05.2027 | 3 | Zürich | 765.00 |
| 3 Präsenztage & 1 Tag E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 23.05.2027 | | | 2 Raten à 415.00 |
| Group Fitness Basic (ohne Anatomie und Stretch Basic) | Sa, 04.09.2027 Sa, 02.10.2027 | 3 | Zürich | 765.00 |
| 3 Präsenztage & 1 Tag E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang | So, 03.10.2027 | | | 2 Raten à 415.00 |

Dipl. Body Toning & Workout Instructor

Preisvorteil bei Gesamtbuchung

2190.00
(anstatt 2370.00)

Grundlagen Group Fitness mit dipl. Body Toning & Workout Instructor

| | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------|---------------------------------|
| Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag) | Sa, 30.05.2026 So, 31.05.2026 Sa, 13.06.2026 Sa, 27.06.2026 Prüfung – Sa, 11.07.2026 | 4 + Prüfung | Zürich | 1095.00 4 Raten à 300.00 |
| Zzgl. Vorbereitung ca. 8 Std. E-Learning mit Lernvideos | | | | |
| Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag) | Sa, 17.10.2026 So, 18.10.2026 Sa, 31.10.2026 Sa, 21.11.2026 Prüfung – Sa, 05.12.2026 | 4 + Prüfung | Zürich | 1095.00 4 Raten à 300.00 |
| Zzgl. Vorbereitung ca. 8 Std. E-Learning mit Lernvideos | | | | |
| Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag) | Sa, 06.03.2027 So, 07.03.2027 Sa, 20.03.2027 Sa, 03.04.2027 Prüfung – Sa, 24.04.2027 | 4 + Prüfung | Zürich | 1095.00 4 Raten à 300.00 |
| Zzgl. Vorbereitung ca. 8 Std. E-Learning mit Lernvideos | | | | |
| Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag) | Sa, 05.06.2027 So, 06.06.2027 Sa, 19.06.2027 Sa, 03.07.2027 Prüfung – Sa, 17.07.2027 | 4 + Prüfung | Zürich | 1095.00 4 Raten à 300.00 |
| Zzgl. Vorbereitung ca. 8 Std. E-Learning mit Lernvideos | | | | |
| Dipl. Body Toning & Workout Instructor (inkl. M.A.X. Ausbildungstag) | Sa, 23.10.2027 So, 24.10.2027 Sa, 13.11.2027 Sa, 27.11.2027 Prüfung – Sa, 11.12.2027 | 4 + Prüfung | Zürich | 1095.00 4 Raten à 300.00 |
| Zzgl. Vorbereitung ca. 8 Std. E-Learning mit Lernvideos | | | | |

Group Fitness Konzepte

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

| | | | | |
|---------------------|----------------|---|--------|--------|
| M.A.X. [®] | Sa, 13.06.2026 | 1 | Zürich | 295.00 |
| M.A.X. [®] | Sa, 31.10.2026 | 1 | Zürich | 295.00 |
| M.A.X. [®] | Sa, 20.03.2027 | 1 | Zürich | 295.00 |
| M.A.X. [®] | Sa, 19.06.2027 | 1 | Zürich | 295.00 |
| M.A.X. [®] | Sa, 13.11.2027 | 1 | Zürich | 295.00 |

smartAbs

| | | | | |
|----------|----------------|---|--------|--------|
| smartAbs | So, 19.09.2026 | 1 | Zürich | 240.00 |
| smartAbs | Sa, 13.02.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| smartAbs | Sa, 25.09.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |



Ernährung / Personal Trainer / Stretching

| | | | | |
|-----------------------|----------------------------------------------------------|-------|--------|---------|
| Ernährung Basic | 03./04.04.2027 | 2 | Zürich | 480.00 |
| Ernährungstrainer | 05./06.06.2027 19./20.06.2027 Prüfung – 21.08.2027 | 4 + P | Zürich | 1275.00 |
| Stretching Instructor | Fr, 21.08.2026 Sa, 22.08.2026 So, 23.08.2026 | 3 | Zürich | 765.00 |
| Stretching Instructor | Fr, 19.02.2027 Sa, 20.02.2027 So, 21.02.2027 | 3 | Zürich | 765.00 |

Dipl. Rückentrainer

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----|--------|-----------------------------------|
| Preisvorteil bei Gesamtbuchung Grundlagen Group Fitness mit Antara Rückentrainer I | | 11 | Zürich | 2525.– (anstatt 2805.–) |
| Preisvorteil bei Gesamtbuchung Antara Rückentrainer I und dipl. Antara Rücken Trainer | | 12 | Zürich | 2690.– (anstatt 2970.–) |
| Antara® Rücken Trainer 1 | | | | |
| Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur | Do/Fr, 14/15.05.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint | Sa/So, 16/17.05.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul C – Praxis Tage Group / Kurse | Sa/So, 20/21.06.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Antara® Rücken Trainer 1 | | | | |
| Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur | Sa/So, 05/06.09.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint | Sa/So, 26/27.09.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul C – Praxis Tage Group / Kurse | Sa/So, 24/25.10.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Antara® Rücken Trainer 1 | | | | |
| Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur | Sa/So, 27/28.02.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint | Sa/So, 13/14.03.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul C – Praxis Tage Group / Kurse | Sa/So, 26/27.06.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Antara® Rücken Trainer 1 | | | | |
| Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur | Do/Fr, 06/07.05.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint | Sa/So, 08/09.05.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul C – Praxis Tage Group / Kurse | Sa/So, 26/27.06.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Antara® Rücken Trainer 1 | | | | |
| Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur | Sa/So, 11/12.09.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint | Sa/So, 02/03.10.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul C – Praxis Tage Group / Kurse | Sa/So, 30/31.10.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Dipl. Antara® Rücken Trainer | | | | |
| Modul E – Becken – Hüftgelenk – ISG | Sa/So, 03/04.10.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul F – Schultergelenk – HWS | Sa/So, 14/15.11.2026 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul G – Praxis Tag Group / Fitness – inkl. Prüfungstag | Sa, 05.12.2026 | | Zürich | 420.00 |
| Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness | Sa, 30.01.2027 | | Zürich | |
| Dipl. Antara® Rücken Trainer | | | | |
| Modul E – Becken – Hüftgelenk – ISG | Sa/So, 09/10.10.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul F – Schultergelenk – HWS | Sa/So, 20/21.11.2027 | 2 | Zürich | 510.00 |
| Modul G – Praxis Tag Group / Fitness – inkl. Prüfungstag | Sa, 04.12.2027 | | Zürich | 420.00 |
| Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness | Sa, 29.01.2028 | | Zürich | |

Preisvorteil Workshop Package

Buche 3 Workshops – profitiere von 33% Rabatt

Body Toning / Kräftigung / Workout

| | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---|--------|--------|
| Cardio Coach | Sa, 19.09.2026 | | Zürich | 480.00 |
| | So, 20.09.2026 | 2 | | |
| Cardio Coach | Sa, 22.05.2027 | | Zürich | 480.00 |
| | So, 23.05.2027 | 2 | | |
| Cardio Coach | Sa, 25.09.2027 | | Zürich | 480.00 |
| | So, 26.09.2027 | 2 | | |
| Cardio Toning– Power, Präzision & Effizienz | So, 30.08.2026 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Cardio Toning– Power, Präzision & Effizienz | So, 05.09.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Pump Workout – Full Body Training | Sa, 17.04.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Circuit Training – bewährt, modern und vielseitig | Sa, 29.05.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| StreetFit – das Outdoor Training | So, 02.05.2027 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Rückentraining/Bodytoning mit Gewichten – Schwung, Schwungkontrolle und Stabilität | Sa, 29.08.2026 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Rückentraining/Bodytoning mit Gewichten – Schwung, Schwungkontrolle und Stabilität | Sa, 04.09.2027 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Training mit der Rolle | Sa, 31.10.2026 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Training mit der Rolle | Sa, 13.11.2027 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Training rund um den Ball | So, 17.01.2027 | 1 | Zürich | 190.00 |

Diverse Themen

| | | | | |
|-------------------------------------------------|----------------|---|--------|--------|
| Stretching Basic | So, 13.09.2026 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Stretching Basic | So, 31.01.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Stretching Basic | So, 25.04.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Stretching Basic | So, 19.09.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Methodik / Didaktik / Lernpsychologie | Sa, 10.10.2026 | 2 | Zürich | 480.00 |
| | So, 11.10.2026 | | | |
| Methodik / Didaktik / Lernpsychologie | Sa, 16.10.2027 | 2 | Zürich | 480.00 |
| | So, 17.10.2027 | | | |
| Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention | Sa, 17.04.2027 | 2 | Zürich | 480.00 |
| | So, 18.04.2027 | | | |
| Sensomotorik | Fr, 25.09.2026 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Sensomotorik | Fr, 12.03.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |
| Sensomotorik | Fr, 01.10.2027 | 1 | Zürich | 240.00 |

Entspannung

| | | | | |
|----------------------------------------------------------|----------------|---|--------|--------|
| Atmung im Training | Sa, 12.09.2026 | 1 | Zürich | 190.00 |
| Trance Words® – der strukturierte Weg in die Entspannung | So, 25.10.2026 | 1 | Zürich | 190.00 |

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.