

Kursdaten 2026/27 Group Fitness / Kurse



Geändert: 18.03.2026

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, 28.03.2026 Sa, 18.04.2026	5	Zürich	1275.00
5 Präsenztage & 2.5 Tage E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang	So, 19.04.2026 Sa, 02.05.2026 So, 03.05.2026			4 Raten à 350.00
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

Für Quereinsteiger (Fitness Trainer, Bewegungsfachleute, etc.)

Group Fitness Basic (ohne Anatomie und Stretch Basic)	Sa, 28.03.2026 Sa, 02.05.2026	3	Zürich	765.00
3 Präsenztage & 1 Tag E-Learning mit Lernvideos vor und während dem Lehrgang	So, 03.05.2026			2 Raten à 415.00
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

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	21./22.03.2026	2	Zürich	480.00
Ernährungstrainer	30./31.05.2026 13./14.06.2026 Prüfung – 15.08.2026	4 + P	Zürich	1275.00
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 Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint Modul C – Praxis Tage Group / Kurse	Do/Fr, 14/15.05.2026 Sa/So, 16/17.05.2026 Sa/So, 20/21.06.2026	2 2 2	Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 510.00
Antara® Rücken Trainer 1 Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint Modul C – Praxis Tage Group / Kurse	Sa/So, 05/06.09.2026 Sa/So, 26/27.09.2026 Sa/So, 24/25.10.2026	2 2 2	Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 510.00
Antara® Rücken Trainer 1 Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint Modul C – Praxis Tage Group / Kurse	Sa/So, 27/28.02.2027 Sa/So, 13/14.03.2027 Sa/So, 26/27.06.2027	2 2 2	Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 510.00
Antara® Rücken Trainer 1 Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint Modul C – Praxis Tage Group / Kurse	Do/Fr, 06/07.05.2027 Sa/So, 08/09.05.2027 Sa/So, 26/27.06.2027	2 2 2	Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 510.00
Antara® Rücken Trainer 1 Modul A – Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur Modul B – Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint Modul C – Praxis Tage Group / Kurse	Sa/So, 11/12.09.2027 Sa/So, 02/03.10.2027 Sa/So, 30/31.10.2027	2 2 2	Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 510.00
Dipl. Antara® Rücken Trainer Modul E – Becken – Hüftgelenk – ISG Modul F – Schultergelenk – HWS Modul G – Praxis Tag Group / Fitness – inkl. Prüfungstag Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness	Sa/So, 03/04.10.2026 Sa/So, 14/15.11.2026 Sa, 05.12.2026 Sa, 30.01.2027	2 2 	Zürich Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 420.00
Dipl. Antara® Rücken Trainer Modul E – Becken – Hüftgelenk – ISG Modul F – Schultergelenk – HWS Modul G – Praxis Tag Group / Fitness – inkl. Prüfungstag Modul G – Prüfungsdatum Group / Fitness	Sa/So, 09/10.10.2027 Sa/So, 20/21.11.2027 Sa, 04.12.2027 Sa, 29.01.2028	2 2 	Zürich Zürich Zürich Zürich	510.00 510.00 420.00

Preisvorteil Workshop Package**Buche 3 Workshops – profitiere von 33% Rabatt****Body Toning / Kräftigung / Workout**

Sicheres Bauchtraining mit Fokus auf Rektusdiastase	Sa, 28.03.2026	2	Zürich	380.00
Cardio Coach	So, 29.03.2026			
	Sa, 09.05.2026		Zürich	480.00
	So, 10.05.2026	2		
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, 09.05.2026	1	Zürich	240.00
Pump Workout – Full Body Training	Sa, 17.04.2027	1	Zürich	240.00
Circuit Training – bewährt, modern und vielseitig	Sa, 25.04.2026	1	Zürich	240.00
Circuit Training – bewährt, modern und vielseitig	Sa, 29.05.2027	1	Zürich	240.00
StreetFit – das Outdoor Training	Sa, 25.04.2026	1	Zürich	190.00
StreetFit – das Outdoor Training	So, 02.05.2027	1	Zürich	190.00
Rückentraining/Bodytoning mit Gewichten – Schwung, Schwungskontrolle und Stabilität	Sa, 29.08.2026	1	Zürich	190.00
Rückentraining/Bodytoning mit Gewichten – Schwung, Schwungskontrolle 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, 19.04.2026	1	Zürich	240.00
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, 11.04.2026	2	Zürich	480.00
	So, 12.04.2026			
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.