

Übersicht Fitness & Gesundheitsförderung



| Lehrgangsmodule | | BRANCHENZERTIFIKAT TRAINER | | | | SPEZIALIST BEWEGUNGS- & GESUNDHEITSFÖRDERUNG MIT EIDG. FACHAUSWEIS | |
|------------------------------|--|-------------------------------|---|---|---|--|--|
| Anerkennung | Standard für Anbieter / Zertifizierungslabel | Qualitop OK-Status | Qualitop OK-Status Stufe 3 EBQ (Einordnungsraster Berufsqualifikationen) | Qualitop OK-Status Stufe 4 EBQ (Einordnungsraster Berufsqualifikationen) | Qualitop OK-Status Stufe 5 EBQ (Einordnungsraster Berufsqualifikationen) | > Dipl. Fitness Trainer > Workout Coach / Cardio Coach > Methodik / Didaktik / Lernpsychologie > Heart II / Sensomotorik > Dipl. Ernährungstrainer > Rücken Trainer I > Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention > Verkaufs & Administration > Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5 > Hauptmodulprüfung 3 > Dipl. Fitness Trainer > Workout Coach > Cardio Coach > Methodik / Didaktik / Lernpsychologie > Heart II & Sensomotorik > Ernährung Basic > Rücken Trainer I > Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5 > Hauptmodulprüfung 3 > Dipl. Fitness Trainer > Workout Coach > Cardio Coach > Methodik / Didaktik / Lernpsychologie > Heart II & Sensomotorik > Dipl. Ernährungstrainer > Rücken Trainer I > Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention > Verkaufs & Administration > Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5 > Hauptmodulprüfung 2 und 3 > Wahlmodulprüfung 2 | |
| Dauer Lehrgang | 23 Tage (ca. 8 bis 18 Monate) | Qualitop | Fitness Guide Qualitop | Fitness Guide Qualitop | Fitness Guide Qualitop | 45 Tage (2.5 Jahre bis 5 Jahre) | |
| Kosten | CHF 4'650.-- oder 12 Raten à CHF 410.-- | | CHF 5'995.-- oder 18 Raten à CHF 365.-- | CHF 7'490.-- oder 24 Raten à CHF 340.-- | CHF 9'995.-- oder 30 Raten à CHF 350.-- | | |
| Weiterbildungs-möglichkeiten | • direkt aufbauend zu Branchenzertifikate oder eidg. FA • fachspezifische Weiterbildung | | • direkt aufbauend zu eidg. FA • fachspezifische Weiterbildung | • direkt aufbauend zu eidg. FA • fachspezifische Weiterbildung | • fachspezifische Weiterbildung | | |

Subventionen vom Bund! Bis zu 50 % Ausbildungskosten sparen beim Spezialist für Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis!

Fachspezifische Weiterbildung



| | | | | | | | |
|--|---|---|---|--|---|---|--|
| Dipl. Medical Fitness Trainer | Dipl. Antara® Rückentrainer (erfüllt Krankenkassen Anerkennung) | Dipl. Personal Trainer | Zert. Antara® Age Bewegungs- experte im Alterungsprozess | Dipl. Ernährungstrainer | Diverse Themen und ein umfangreiches Angebot an 1- und 2-tages Workshops | | |
| Prüfung schriftliche Arbeit | | Prüfung dipl. Personal Trainer | | Heart II - Anatomie & Physiologie 2 Tage | Stretching Instructor 3 Tage | Gesundheitsförde- rung & Lebensstil- intervention 2 Tage | |
| Medical Fitness Trainer 5 Tage | | Gesundheitsförde- rung & Lebensstil- intervention 2 Tage | Cardio Coach 2 Tage | Functional Fitness Trainer 4 Tage | Stretching 1 zu1 gekonnter, taktiler Support 1 Tag | Sensomotorik 1 Tag | |
| Workout Coach 3 Tage 1 Tag Prüfung | Prüfung, 1 Tag | Stretching 1 zu1 gekonnter, taktiler Support 1 Tag | Der Weg in die Selbstständigkeit 1 Tag | StreetFit - Das Outdoor Training 1 Tag | Stretching Basic 1 Tag | Methodik / Didaktik / Lernpsychologie 2 Tage | |
| Functional Fitness Trainer 4 Tage | Antara® Rückentrainer II 5 Tage | Functional Fitness Trainer 4 Tage | Antara Age, 4 Tage | Workout Coach 3 Tage 1 Tag Prüfung | Ernährung Basic 2 Tage | Der Weg in die Selbstständigkeit 1 Tag | |
| Heart II 2 Tage | Antara® Rückentrainer I 6 Tage | Antara® Rückentrainer I 6 Tage | Antara® Rückentrainer I 6 Tage | Cardio Coach 2 Tage | Gesunder Darm - Starkes Immun- system 1 Tag | Verkauf und Administration 4 Tage | |
| Basis | Dipl. Fitness Trainer 9 Tage Präsenz, 28 Stunden E-Learning individuell planbar und 1 Tag Prüfung (Total: 14 Tage) | | | Ernährungstrainer 4 Tage | Sicheres Bauch- training mit Fokus auf Rektusdiastase 2 Tage | Optimaler Stoff- wechsel = Top in Form 1 Tag | |
| | Mit dieser oder einer gleichwertigen Grundausbildung haben Sie Zugang zu allen weiteren Ausbildungen und Workshops. | | | Ernährung Basic 2 Tage | Atmung im Training 1 Tag | Speed, Agility & Fun-Skills 1/2 Tage | |