

# Übersicht Fitness & Gesundheitsförderung



		BRANCHENZERTIFIKAT TRAINER	BRANCHENZERTIFIKAT GESUNDHEITSTRAINER	SPEZIALIST BEWEGUNGS- & GESUNDHEITSFÖRDERUNG MIT EIDG. FACHAUSWEIS
Lehrgangsmodule	<b>FITNESS TRAINER MIT STAR FACHAUSWEIS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dipl. Fitness Trainer</li> <li>&gt; Cardio Coach</li> <li>&gt; Sensomotorik</li> <li>&gt; Rücken Trainer I</li> <li>&gt; Workout Coach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dipl. Fitness Trainer</li> <li>&gt; Workout Coach</li> <li>&gt; Cardio Coach</li> <li>&gt; Methodik / Didaktik/ Lernpsychologie</li> <li>&gt; Heart II &amp; Sensomotorik</li> <li>&gt; Ernährung Basic</li> <li>&gt; Rücken Trainer I</li> <li>&gt; Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dipl. Fitness Trainer</li> <li>&gt; Workout Coach</li> <li>&gt; Cardio Coach</li> <li>&gt; Methodik / Didaktik/ Lernpsychologie</li> <li>&gt; Heart II &amp; Sensomotorik</li> <li>&gt; Dipl. Ernährungstrainer</li> <li>&gt; Rücken Trainer I</li> <li>&gt; Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention</li> <li>&gt; Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5</li> <li>&gt; Hauptmodulprüfung 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Dipl. Fitness Trainer</li> <li>&gt; Workout Coach / Cardio Coach</li> <li>&gt; Methodik / Didaktik / Lernpsychologie</li> <li>&gt; Heart II / Sensomotorik</li> <li>&gt; Dipl. Ernährungstrainer</li> <li>&gt; Dipl. Medical Fitness Trainer</li> <li>&gt; Rücken Trainer I</li> <li>&gt; Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention</li> <li>&gt; Verkaufs &amp; Administration</li> <li>&gt; Basismodulprüfungen 1, 2, 3 und 5</li> <li>&gt; Hauptmodulprüfung 2 und 3</li> <li>&gt; Wahlmodulprüfung 2</li> </ul>
Anerkennung	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)
Standard für Anbieter / Zertifizierungslabel	Qualitop	Fitness Guide Qualitop	Fitness Guide Qualitop	Fitness Guide Qualitop
Dauer Lehrgang	23 Tage (ca. 8 bis 18 Monate)	29 Tage (1 bis 2 Jahre)	36 Tage (mind. 1.5 bis 2.5 Jahre)	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.--
Weiterbildungsmöglichkeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• direkt aufbauend zu Branchenzertifikate oder eidg. FA</li> <li>• fachspezifische Weiterbildung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• direkt aufbauend zu eidg. FA</li> <li>• fachspezifische Weiterbildung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• direkt aufbauend zu eidg. FA</li> <li>• fachspezifische Weiterbildung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• fachspezifische Weiterbildung</li> </ul>

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