



# Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA

## Beschreibung

Machen Sie das Fitnessstudio zu Ihrem Arbeitsplatz.

Sie wollen künftig als Fitness-Instruktor/in in einem Fitnesscenter arbeiten? Dann absolvieren Sie die Ausbildung Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA! Als Fitness-Instruktor/in stellen Sie für die Kunden massgeschneiderte Trainingsprogramme zusammen. Zudem beraten Sie die Kunden umfassend und motivieren sie, ihr persönliches Trainingsziel zu erreichen. Legen Sie mit dieser Ausbildung den Grundstein für Ihren Weg zur Berufsprüfung "Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidgenössischem Fachausweis".

Durch den gesamtschweizerischen Standard gewinnt das DIPLOMA Fitness- Instruktor/in an Bedeutung und garantiert Ihnen eine einheitliche Qualität.

## Inhalt

Die Ausbildung Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA umfasst folgende 6 Fächer 156 Lektionen):

- Anatomie/Physiologie (32 Lektionen)
- Trainingslehre (32 Lektionen)
- Trainingspraxis (40 Lektionen)
- Anamnese/Beratung/Kommunikation (28 Lektionen)
- Ernährung (12 Lektionen)
- Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention (12 Lektionen)

## Voraussetzung

- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift, mindestens auf Niveau B2
- Abgeschlossene Berufsbildung (EFZ) oder Maturität (Voraussetzung für die Anmeldung zur eidg. Berufsprüfung)
- Mindestalter 18 Jahre
- Regelmässiges Training in einem Fitnesscenter

## Zielgruppe

Sie sind sportlich interessiert, leben gesundheitsbewusst und verfügen über eigene Fitness- und Krafttrainingserfahrungen. Sie können auf Menschen eingehen und diese motivieren. Sie wollen eine Zusatzqualifikation erwerben und Ihr Hobby zum Beruf machen.

## Lernziele

Am Ende dieser Ausbildung sind Sie in der Lage,

- beim Kunden die Anamnese durchzuführen und seinen aktuellen Lebensstil zu erfassen
- zielgruppenspezifische Trainingseinheiten und -programme inklusive Kontrolle zu planen und durchzuführen
- gesundheitsfördernde Trainingsangebote zu erstellen und durchzuführen
- im Umgang mit Kunden, Ihren Arbeitskollegen und Vorgesetzten verantwortungsvoll und erfolgreich aufzutreten

Die Ausbildung Fitness-Instruktor mit DIPLOMA wurde in der Gleichwertigkeitsprüfung durch

**Klubschule Migros Aarau**

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA

QualiCert der Niveaustufe 4 zugeordnet, was dem bisherigen "Status OK" entspricht. Dies bedeutet, dass Sie für Ihre Tätigkeit in Fitnesscentern, die von QualiCert zertifiziert wurden, ohne Einschränkung eingesetzt werden und betreuen können, weil die Niveaustufe 4 die höchste in den Anforderungen der Normen verlangte Qualifikationsstufe ist.

## Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das DIPLOMA Fitness- Instruktor/in der Klubschule Migros. Sie haben die Möglichkeit, die gemäss dem Reglement "Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis" geforderten Modulprüfungen und Zusatzmodule in der Klubschule Migros zu absolvieren. Nach Bestehen der Modulprüfungen sind Sie optimal vorbereitet, um die Berufsprüfung "Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis" zu durchlaufen. Die aktuellsten Informationen bezüglich "Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis" sowie Reglement und Wegleitung dazu finden Sie bei der Trägerschaft der eidg. Modulprüfung unter [www.sfgv.ch](http://www.sfgv.ch) oder [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch).

## Zusatzinfo

- Bundessubventionen für eidg. Fachausweise und eidg. Diplome: Sie erhalten direkt vom Bund bis zu 50% der Lehrgangskosten zurückerstattet, nachdem Sie die eidg. Prüfung absolviert haben. Bei einem Teil- oder Anschlussmodul, das auf eine eidg. Prüfung vorbereitet, gilt dieselbe Rückerstattungsregelung. Weitere Informationen zur Finanzierung von Vorbereitungskursen finden Sie unter [klubschule.ch/subventionen](http://klubschule.ch/subventionen).
- Für die Prüfungsdaten verlangen Sie bitte den detaillierten Datenplan.
- Annullationskostenversicherung: Riskieren Sie nichts und sichern Sie Ihr Kursgeld ab! Mit unserer Partnerin, der ERV, sind Sie während der Ausbildungszeit optimal gegen unvorhergesehene Ereignisse versichert. Weitere Informationen zur Annullationskostenversicherung finden Sie [hier](#).

<b>Datum</b>	25.04.2020 - 17.01.2021 / 1K_182706
<b>Zeit</b>	08:30 - 17:00 h
<b>Wochentage</b>	Sa
<b>Dauer</b>	Total 156.00 Lektion(en)
<b>Preis</b>	CHF 4,680.00 Preis exkl. Fachliteratur von ca. CHF 100
<b>Durchführungsort</b>	Bleichemattstrasse 42, 5000 Aarau

**Klubschule Migros Aarau** Tel. +41 58 568 98 00  
Bleichemattstrasse 42 klubschule.aarau@migrosaare.ch  
5000 Aarau [klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA

**Termine**

**Tag**

**Zeit**

1 Sa

08:30 - 17:00

**Klubschule Migros Aarau**

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

