



Fitness-Instruktor*in

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 Diplom! 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 Diplom Fitness- Instruktor*in an Bedeutung und garantiert Ihnen eine einheitliche Qualität.

- Gerne beraten wir Sie jederzeit persönlich in einem Beratungsgespräch vor Ort oder via Telefon. Vereinbaren Sie jetzt Ihren individuellen Termin oder besuchen Sie eine unserer Informationsveranstaltungen. Alle Termine finden Sie hier: [Infoveranstaltungen_Fitness-Instruktor*in](#)

Inhalt

Die Ausbildung Fitness-Instruktor*in 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

Klubschule Migros St. Gallen Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch





Fitness-Instruktor*in

erfolgreich aufzutreten

Die Ausbildung Fitness-Instruktor*in mit Diplom wird in der Gleichwertigkeitsprüfung durch Qualitop der Niveaustufe 4 zugeordnet. Dies bedeutet, dass Sie für Ihre Tätigkeit in Fitnesscentern, die von Qualitop zertifiziert sind, ohne Einschränkung eingesetzt werden können. Die Niveaustufe 4 ist die höchste in den Anforderungen der Normen verlangte Qualifikationsstufe.

Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das Diplom Fitness-Instruktor*in der Klubschule Migros. Sie haben danach die Möglichkeit das SVBO-Branchenzertifikat zu erlangen und Ihre Kompetenzen im Bereich Methodik, Didaktik und Lernpsychologie zu erweitern. Die für das Erlangen des SVBO-Branchenzertifikats geforderten Modulprüfungen und das Zusatzmodul können Sie in der Klubschule Migros absolvieren. Nach Bestehen der Modulprüfungen sind Sie auf dem besten Weg zur/zum "Spezialist*in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis". Nach Bestehen der Modulprüfungen sind Sie ebenfalls auf dem optimalen Weg zur/zum "Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis". 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 oder www.bewegung-und-gesundheit.ch

Zusatzinfo

- Bundesbeitrag

Absolvierende von vorbereitenden Kursen auf eidgenössische Prüfungen (BP) erhalten einen Bundesbeitrag. Weitere Infos siehe www.klubschule.ch/subventionen und www.sbf.admin.ch (Themen / Höhere Berufsbildung / Finanzierung vorbereitende Kurse BP und HFP / Teilnehmende und Absolvierende)

Datum

29.10.2022 - 20.05.2023 / 1K_187956

Zeit

08:30 - 17:00 h

Wochentage

Sa

Dauer

Total 156.00 Lektion(en)

Preis

CHF 4,680.00

Zusätzliche Kosten: Fachliteratur ca. CHF 50.00 plus allfällige Nachprüfung

Durchführungsort

Bahnhofplatz 2, 9000 St. Gallen

Klubschule Migros St. Gallen

Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch





Fitness-Instruktor*in

| Termine | Tag | Datum | Zeit |
|---------|-------|------------|---------------|
| | 1 Sa | 29.10.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 2 Sa | 05.11.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 3 Sa | 12.11.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 4 Sa | 19.11.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 5 Sa | 26.11.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 6 Sa | 03.12.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 7 Sa | 10.12.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 8 Sa | 17.12.2022 | 08:30 - 17:00 |
| | 9 Sa | 07.01.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 10 Sa | 14.01.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 11 Sa | 21.01.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 12 Sa | 28.01.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 13 Sa | 11.02.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 14 Sa | 18.02.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 15 Sa | 25.02.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 16 Sa | 04.03.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 17 Sa | 11.03.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 18 Sa | 18.03.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 19 Sa | 25.03.2023 | 08:30 - 17:00 |
| | 20 Sa | 01.04.2023 | 08:30 - 17:00 |

Klubschule Migros St. Gallen Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch

