



Bodybuilding Instructor/-in: Praxismodul

Beschreibung

Immer mehr Kunden und Kundinnen wollen ihren Körper formen: Bodybuilding ist populärer denn je und findet immer neue Anhänger/-innen. Wir machen Sie fit für die Arbeit mit dieser Zielgruppe. Sie setzen in diesem Modul die effektivsten Bodybuilding-Methoden praktisch um. Die "Best of Bodybuilding-Exercises" werden bis ins letzte Detail durchleuchtet und praktisch erarbeitet, denn im Bodybuilding gilt es auch die kleinsten Feinheiten zu berücksichtigen. Ihr Übungsrepertoire wird entscheidend erweitert und Ihre eigene Technik perfektioniert. In einem zweiten Schritt geht es darum, das neue Können weiter zu geben. In Teaching- Situationen üben Sie sich darin, die "Best of Bodybuilding-Exercises" zu instruieren und auch kleinste Technikfehler zu erkennen und auszumerzen. Lernen Sie von einer der erfolgreichsten IFBB-Athletinnen der letzten zehn Jahren; Skadi Töpken. Sie weiss genau, welche Faktoren für den Erfolg im Bodybuilding entscheidend sind.

Inhalt

- Umsetzen der "Best of Bodybuilding Methods" in der Praxis
- Erarbeiten und Durchleuchten der "Best of Bodybuilding Exercises"
- Perfektionieren der eigenen Technik
- Instruieren und technisches Korrigieren der "Best of Bodybuilding Exercises"
- Entscheidende Erfahrungen und Tipps vom Profi für den Erfolg in der Praxis

Voraussetzung

Abgeschlossene Grundausbildung im Fitnessbereich, z. B. Fitness- Instruktor/-in, Wellnesstrainer/-in o.ä. Kraftsportler/-innen ohne Grundausbildung können auf Anfrage für das Modul zugelassen werden.

Zielgruppe

- Fitness-Instruktoren/-innen
- Wellnesstrainer/-innen
- Personal-Trainer/-innen
- Interessierte Kraftsportler/-innen ohne Grundausbildung auf Anfrage

Lernziele

- Sie können die effektivsten Trainingsmethoden aus dem Profi Bodybuilding professionell umsetzen
- Sie wissen detailliert, worauf beim Umsetzen der Methoden zu achten ist, um erfolgreich zu sein
- Sie können die "Best of Bodybuilding Exercises" technisch einwandfrei durchführen
- Sie beherrschen das Instruieren der "Best of Bodybuilding Exercises" und erkennen auch kleinste Technikfehler
- Sie optimieren Ihre eigene Technik
- Sie sind optimal auf die praktische Arbeit mit (Hobby-)Bodybuilder/- innen vorbereitet



Bodybuilding Instructor/-in: Praxismodul

Methodik/Didaktik	<ul style="list-style-type: none">• 20% Theorie und 80% Praxis									
Abschluss	<ul style="list-style-type: none">• Attest der Klubschule• Beim vollständigen Absolvieren aller Module der Ausbildung (zusätzliche Module: Modul Ernährung und Supplemente und Modul Trainingslehre) und dem Bestehen der Prüfung erhält man das Zertifikat "Bodybuilding Instructor/-in" der Klubschule									
Anschluss-Fortsetzungsangebote	Folgende weitere Module gehören zum Bodybuilding Instructor/-in: <ul style="list-style-type: none">• Bodybuilding Instructor/-in: Modul Ernährung und Supplemente• Bodybuilding Instructor/-in: Modul Trainingslehre									
Datum	19.10.2019 - 20.10.2019 / E_1277565									
Zeit	Zeit unregelmässig									
Wochentage	Sa;So									
Dauer	2 Kurstag(e). Total 11.00 Lektion(en) à 50 Minuten									
Preis	CHF 349.00									
Durchführungsort	Kursort Auswärts, Basel									
Termine	<table><thead><tr><th>Tag</th><th>Datum</th><th>Zeit</th></tr></thead><tbody><tr><td>1 Sa</td><td>19.10.2019</td><td>09:00 - 16:00</td></tr><tr><td>2 So</td><td>20.10.2019</td><td>09:00 - 13:00</td></tr></tbody></table>	Tag	Datum	Zeit	1 Sa	19.10.2019	09:00 - 16:00	2 So	20.10.2019	09:00 - 13:00
Tag	Datum	Zeit								
1 Sa	19.10.2019	09:00 - 16:00								
2 So	20.10.2019	09:00 - 13:00								