



# Fitness-Instruktor/in mit DIPLOMA

## Description

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.

- Teilnehmende profitieren von einem Bundesbeitrag (siehe Zusatzinformation).

## Contenu

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)

## Prérequis

- 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

## Groupe cible

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.

## Objectifs

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



# 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.

## Attestation

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).

## Informations supplémentaires

- Bundesbeitrag

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

**Date** 07.03.2020 - 21.11.2020 / 1K\_181830

**Horaire** 08:30 - 17:00 h

**Jours** Sa

**Durée** Total 156.00 période(s)

**Ecolage** CHF 4,680.00

**Lieu du cours** Rudolfstrasse 11, 8401 Winterthur

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	07.03.2020	08:30 - 17:00

**Klubschule Migros  
Winterthur**  
Rudolfstrasse 11  
8401 Winterthur

Tel. +41 58 568 44 45  
[info.wi@gmos.ch](mailto:info.wi@gmos.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Fitness-Instruktør/in mit DIPLOMA

Dates	Jour	Date	Heures
	2 Sa	14.03.2020	08:30 - 17:00
	3 Sa	21.03.2020	08:30 - 17:00
	4 Sa	28.03.2020	08:30 - 17:00
	5 Sa	04.04.2020	08:30 - 17:00
	6 Sa	02.05.2020	08:30 - 17:00
	7 Sa	09.05.2020	08:30 - 17:00
	8 Sa	16.05.2020	08:30 - 17:00
	9 Sa	06.06.2020	08:30 - 17:00
	10 Sa	13.06.2020	08:30 - 17:00
	11 Sa	20.06.2020	08:30 - 17:00
	12 Sa	27.06.2020	08:30 - 17:00
	13 Sa	04.07.2020	08:30 - 17:00
	14 Sa	22.08.2020	08:30 - 17:00
	15 Sa	29.08.2020	08:30 - 17:00
	16 Sa	05.09.2020	08:30 - 17:00
	17 Sa	12.09.2020	08:30 - 17:00
	18 Sa	19.09.2020	08:30 - 17:00
	19 Sa	26.09.2020	08:30 - 17:00
	20 Sa	03.10.2020	08:30 - 17:00
	21 Sa	24.10.2020	08:30 - 17:00
	22 Sa	31.10.2020	08:30 - 17:00
	23 Sa	07.11.2020	08:30 - 17:00
	24 Sa	14.11.2020	08:30 - 17:00
	25 Sa	21.11.2020	08:30 - 17:00