

Spezialist/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA

Vertiefe dein Wissen und mache einen Karriereschritt

Dauer

3 Semester

Abschluss

Spezialist/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. FA

Zusätzliche Zertifikate

- Branchenzertifikat Trainer/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung, Fachrichtung Fitness- und Gesundheitstraining (bei Absolvierung der Praxisprüfung)

Zulassungsbedingungen zur eidg.

Berufsprüfung

- Fachfrau / Fachmann Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ
- Berufspraxis von mind. 3>500 Stunden über einen Zeitraum von mind. 2 und max. 5 Jahren

oder

- anderes eidg. Fähigkeitszeugnis oder Maturitätsabschluss
- Berufspraxis von mind. 5>000 Stunden über einen Zeitraum von mind. 2.5 und max. 5 Jahren

Weiterbildung

- SVEB-Zertifikat (Modul 1, anerkannt vom Schweizerischen Verband für Weiterbildung)
- Expertin / Experte Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Diplom

Hinweis

Module können auch einzeln gebucht werden.

Berufsbeschreibung

Als Spezialist/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung bist du in Fitness-, Wellness- und Gesundheitszentren tätig, wo du sowohl mit Einzelpersonen als auch mit Gruppen arbeitest. Du verfügst über umfassende Kenntnisse in den Bereichen Anatomie und Physiologie, Trainingslehre sowie in Methodik und Didaktik. Aufgrund dieser Kenntnisse kannst du deinen Kunden attraktive und massgeschneiderte Kurse und Trainings anbieten. Du bist die zentrale Schnittstelle zwischen den Kunden und externen Fachpersonen wie Ärzten, Physiotherapeuten oder Ernährungsberatern. Ausserdem beteiligst du dich am Informations- und Wissensaustausch innerhalb des Teams, um eine lückenlose Betreuung der Kundschaft sicherzustellen.

Hast du bereits eine Ausbildung im Fitness- und Gesundheitsbereich und planst einen Karriereschritt? Dann bist du hier richtig. Nach diesem Lehrgang bist du in der Lage, deine Kunden umfassend zu betreuen – vom Erstkontakt mit Gesundheitsprüfung über das Erfassen des aktuellen Lebensstils, die Planung von konkreten Bewegungs- und Trainingseinheiten bis zur deren Durchführung und Evaluation.

Voraussetzungen für den Lehrgangsbesuch

Abgeschlossene Ausbildung als

- Fitness- und Bewegungstrainer/-in HWS
- Vertiefungsmodule Trainingslehre und Anatomie

oder

- Fachfrau / Fachmann Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ



Das lernst du an der HWS

Der Lehrgang ist modular aufgebaut und kann berufsbegleitend absolviert werden:

Modul	Inhalte	Lektionen
Basismodul 1	Anatomie / Physiologie II	32
	Aufbau und Funktion des Betriebssystems (Herz-Kreislauf, Atmung, Verdauung)	
	Aufbau und Funktion des Nerven- und Hormonsystems	
	Funktionelle Bewegungslehre	
	Zusammenhänge Ernährung / Bewegung	
	Charakteristika und Eigenschaften von verschiedenen Krankheitsbildern	
Basismodul 2	Trainingslehre II	32
	Relevante Trainingsprinzipien	
	Belastungsnormative	
	Test- und Screeningmethoden	
	Datenerhebung	
	Testresultate interpretieren und anwenden	
Basismodul 3	Lernpsychologie Methodik / Didaktik	64
	Unterricht organisieren	
	Zielgruppe und Leitziele	
	Lernziele formulieren	
	Organisationsformen	
	Methoden und Sozialformen	
	Medieneinsatz	
	Lernkontrollen	
	Gruppenprozess	
	Kommunikation	
	Rollen	
	Konfliktmanagement	
	Lernpsychologie und Lernbiologie	
oder		
Basismodul 3	SVEB (Methodik / Didaktik / Lernpsychologie I)	120
	Kommunikation	
	Didaktik / Andragogik	
	Methodik	
	Lernen und Lehren	
	Gruppendynamik	
Basismodul 5	Erweiterte gerätegestützte und geräteunabhängige Bewegungskompetenz	56
	Erweiterte gerätegestützte und geräteunabhängige Übungen	
	Funktionelle Anatomie	
	Gerätegestütztes Ausdauertraining	
	Gerätegestütztes und geräteunabhängiges Beweglichkeitstraining	
	Geräteorientiertes, sensomotorisches Training	
Hauptmodul 2	Trainingsprogramme entwickeln und umsetzen	64
	Ausarbeitung von Trainingsprogrammen	
	Anleitung und Durchführung von Trainingseinheiten	
	Kundenbetreuung	
	Ausführung von Nachbearbeitungsaufgaben	
	Kundenreklamationsmanagement	
Hauptmodul 3	Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention	40
	Erstgespräche/Beratungsgespräche mit Kunden	
	Standortbestimmungen durchführen und interpretieren	
	Ausarbeitung, Betreuung und Evaluation von Beratungskonzepten	
	Pflege eines gesundheitsfördernden Lebensstils	
	Umgang mit Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen	
Wahlmodul 2	Verkauf und Administration	32
	Administration des Angebots- und Kurswesens	
	Preiskalkulationen	
	Verkaufsförderungsmassnahmen für Produkte und Dienstleistungen	
	Reklamationsmanagement	
Prüfungstraining	Wissensvernetzung und Vorbereitung eidg. Berufsprüfung	32
Total Lektionen		408