

Fitnesstrainer:in C, B & A Lizenz

Das Fundament jeder Sport- und Gesundheitsausbildung. In drei Monaten Vollzeit lernst du Anatomie, Physiologie und Trainingslehre, dazu Kundenkontakt und die Selbstdarstellung als Fachkraft in der Fitness- und Gesundheitsbranche.

FÖRDERUNG

100 %

Bildungsgutschein
§ 81 SGB III

12 Wochen

VOLLZEIT



600 UE

À 45 MIN.



Hybrid

VOR ORT & ONLINE



3 Lizenzen

C, B & A

Ziel der Weiterbildung

- ✓ Eigenständige Planung und Durchführung von Trainingsprogrammen
- ✓ Fundierte Beratung zu Training und Prävention auf wissenschaftlicher Basis
- ✓ Anerkannte C, B und A Lizenzen für den direkten Einstieg in Studios
- ✓ Anwendung des erlernten Wissens an realen Fallbeispielen und Trainingseinheiten

Eckdaten

MASSNAHMENUMMER
922/39/2026DOZENT:INNEN
Vor OrtZAHLUNG
Bildungsgutschein,
Arbeitgeber und PrivatKURSPREIS
5.250 EuroVORAUSSETZUNG
Deutsch mind. B2ZERTIFIKAT
Fitnesstrainer:in C, B & A
Lizenz

Kursinhalte

- Anatomie & Physiologie** · Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf & Stoffwechsel
- Trainingslehre Grundlagen** · Trainingsprinzipien & Belastungssteuerung
- Krafttraining mit und ohne Geräte** · Technik & Planung
- Herz-Kreislauf-System** · Aufbau und Funktion der Lunge
- Aktiver & passiver Bewegungsapparat** · Synergisten und Antagonisten
- Grundlagen der Ernährung** · Nährstoffe & Energiebilanz
- Fitness Check & Anamnese** · Zielsetzung und Betreuung
- Kundenberatung & Selbstdarstellung** · Auftritt als Fachkraft
- Praxis & Prüfung** · Praktische Einheiten & theoretische Prüfung

Lizenzpaket

1 Fitnesstrainer:in C-Lizenz

2 Fitnesstrainer:in B-Lizenz

3 Fitnesstrainer:in A-Lizenz

Highlights

Praxisorientiertes Training mit realen
Fällen unter TeilnehmendenFitnessstudio-Mitgliedschaft
inklusive für die gesamte KursdauerErfahrene zertifizierte Trainer:innen
als Dozent:innen

Zielgruppe

Quer- und Wiedereinsteiger:innen sowie Sport- und Gesundheitsinteressierte, die eine fundierte Qualifizierung für die Fitness- und Gesundheitsbranche aufbauen möchten.

Im Kurs enthalten

- Lehrmaterialien und Lizenzunterlagen inklusive
- Praxistraining auf der Trainingsfläche
- Zugang zur Lernplattform und Betreuung
- Fitnessstudio-Gebühr für die gesamte Kursdauer inklusive

Berufliche Perspektiven



Fitnesstrainer:in



Studiomitarbeiter:in



Gesundheitsberater:in



Kursleiter:in

Jetzt unverbindlich beraten lassen – persönlich, schnell und kostenlos