Krokusstraße 8 A-4614 Marchtrenk
Tel.: 08161/4969-41 Fax: 08161/4969-42
info@euro-education.com

Dipl. Group Fitness Trainer B-Lizenz

Die umfassende Grundausbildung zum Group Fitness Trainer

Präsenzausbildung mit begleitendem Websmeinar

Group Fitness B-Lizenz 2023

LEBE DEINEN TRAUM - Möchtest du deine Leidenschaft für Fitness zum Beruf machen und deinen Traum verwirklichen, Group Fitness Trainer zu werden? Dann bist du bei uns genau richtig!

So lernt man heute:

Online-Lerncenter für die theoretischen Grundlagen.
Theorie zu Hause, mehr Zeit für Praxis und Perfektion in Präsenz.
Optimales Lernen mit einer Kombination aus Online-Lernen und Präsenzunterricht! Webseminar, 5 Ausbildungs- und ein Prüfungstag, Gesamtdauer ca. 2-3 Monate

Ein Group Fitness Trainer arbeitet im Studio in Gruppenkursen und muss somit die Kompetenz besitzen, mehrere Teilnehmer gleichzeitig anzuleiten. Dabei bestehen vielfältige Spezialisierungs- bzw. Ausbildungsmöglichkeiten, wie in den Bereichen Workout, Functional Training, HIIT, Slings, Rückentraining, Body & Mind, Dance, Fitness für spezielle Zielgruppen wie z. B. Senioren, Mamis uvm.

Voraussetzungen

Für die Grundausbildung zum Group Fitness Trainer benötigen Sie grundsätzlich keine Voraussetzungen im Sinne von Vorkenntnissen. Genau diese erhalten Sie durch unsere Ausbildung.
Allerdings sollten Sie vorher bereits verschiedene Group Fitness-Stunden besucht und Spaß daran gefunden haben. Mitbringen müssen Sie die Energie und Motivation, ein guter Trainer zu werden !

Beschreibung

Die Group Fitness B Lizenz ist der perfekte Start in Ihre Trainerkarriere.

Sie ist aufgeteilt in 2 Phasen:

Die erste Phase ist eine Fernphase und erfolgt in Form eines Webseminars. Nach Erhalt des Online-Zugangs können Sie zeit- und ortsunabhängig, je nach eigenen Vorstellungen oder Möglichkeiten, in Ruhe zuhause lernen. In Kombination mit einem Skript werden Kapitel für Kapitel die Grundlagen der Anatomie und Physiologie zusammen mit unserem Online-Referenten erarbeitet. Es besteht die Möglichkeit, die Online-Vorträge so oft wie gewünscht zu wiederholen. Nach jedem Kapitel besteht die Möglichkeit eines Selbsttests – somit kann der Wissensstand jederzeit sowohl vertieft als auch kontrolliert werden.

Inhalte des Webseminars:
I. Anatomie
Grundlegende Definitionen
Passiver Bewegungsapparat: Aufbau des menschlichen Skeletts, Knochenlehre, Gelenklehre
Aktiver Bewegungsapparat: Muskellehre
Selbsttest: Muskellehre
Die Muskeln des Körpers

II. Physiologie
Das Bronchialsystem
Das Herz-/Kreislaufsystem
Die Energiegewinnung im Sport

III. Trainingsrelevante Themen
Trainingssteuerung/Krafttraining
Anmerkungen zur Diskussion rund um das Thema Dehnen/Beweglichkeit

Für auftauchende Fragen in dieser Phase steht jedem Schüler eine Online-Direkthilfe per E-Mail zur Verfügung.

Im Anschluss kommen 55 Unterrichtseinheiten (5 Tage) in der Präsenzphase.
In unserem sorgfältig ausgefeilten und ständig überarbeiteten B-Lizenz Konzept wird großer Wert auf Bewegung und Technik gelegt. Und genau diesem praktischen Bereich widmen wir uns in der Präsenzphase – mehr denn je.
Um den heranwachsenden Group Fitness Trainer auf die vielfältigen Anforderungen vorzubereiten, setzen wir das im Webseminar erarbeitete Wissen sofort in die Praxis um. Unser wichtigstes Ziel hierbei ist es, die Teilnehmer zu befähigen, eine Gruppe selbstbewusst und kompetent zu führen. Aus diesem Grund legen wir unser Hauptaugenmerk in der Praxis auf

- **Körperhaltung und Bewegungstechnik**
- **Das Erlernen der Grundschritte**
- **Das Arbeiten im Rhythmus der Musik**
- **Den Bewegungsabläufe und Schrittkombinationen**
- **Die Muskelkräftigung und Dehnung**
- **Selbstständiges Erarbeiten kleiner Kursformate (BodyWorkout, easy Dance)**
- **Pädagogik und Didaktik sowie**
- **Animation und Begeisterung der Teilnehmer**

Darüber hinaus festigen wir das Erlernte durch gezielte Praxisübungen und geben Tipps für praxisorientiertes Unterrichten. Hierfür werden kleine Gruppen gebildet, was ein Höchstmaß an individueller Förderung, Korrektur und Anregung erlaubt. Der Einsatz von Co-Referenten stellt eine optimale Betreuung insbes. bei den Praxisübungen sicher. So können bereits kleinste Unzulänglichkeiten einzelner Teilnehmer erkannt und sofort verbessert bzw. beseitigt werden.
Mit einer bestandenen B-Lizenz Prüfung sind Sie befähigt einfache Kurse wie Fatburner-, Easy Dance-, BodyWorkout- und Rückenfit-Stunden zu unterrichten. Eine optimale Basis für weitergehende, spezielle Ausbildungen, beispielsweise zum Functional-, Pilates- oder Wirbelsäulen-, Dance- oder Step-Trainer etc. ist gelegt.

Die Prüfung besteht aus
- einem schriftlichen Theorieteil (Fragenkatalog, Antworten nach dem Multiple Choice System), dieser Prüfungsteil findet online statt! Jeweils am Abend vor der praktischen Prüfung!
- einem mündlichen Theorieteil (Fragen zum Skript)
- sowie einer praktischen Prüfung (Warm Up, Schrittkombination, Muskelkräftigung).

Die Ausbildung beinhaltet einen Online-Zugang zum Webseminar, ein umfangreiches Skript, die Prüfung und unser offizielles Diplom. Jeder Teilnehmer, der die Prüfung besteht, erwirbt die B-Lizenz und ist berechtigt, die Bezeichnung Euro Education Group Fitness Trainer zu führen.

Das Diplom ist zeitlich nicht begrenzt.
Zwei Überlegungen führten zu dieser Entscheidung, die sich seit nunmehr über 20 Jahren bewährt hat:
Zum einen gehen wir davon aus, bei unseren Schülern selbst das Bedürfnis nach Fort- und Weiterbildung geweckt zu haben. Außerdem erfordert der Markt, auf dem sich der Trainer bewegt, ständige Wachsamkeit. Kein Studio beschäftigt auf Dauer einen Trainer, der fachlich nicht auf der Höhe der Zeit ist.
Wir verlangen daher keine lizenzverlängernden Maßnahmen.

Anmerkung

Bewertung dieser Ausbildung durch die Stiftung Warentest:

Den professionellsten Eindruck machten die Lehrgänge bei Euro Education …
Nach dem Besuch dort fühlten sich unsere Testpersonen gut gerüstet für die Praxis…
Sehr hohe didaktische Kompetenz. Durch den teilnehmerorientierten Unterrichtsstil entstand ein gutes Gruppenklima. Teilnehmer wurden dabei zunächst an Inhalte herangeführt, konnten dann aber zunehmend selbständiger arbeiten.

Regulär sind unsere Ausbildungszeiten von 09.30 Uhr bis 17.00 Uhr.

Abweichungen im Einzelfall werden ausdrücklich bekannt gegeben.

Erklärung zu den untenstehenden Datumsangaben:

Der erste angegebene Termin markiert den Beginn des Zugangs zum Webseminar. An diesem Tag wird der Zugang freigeschaltet. Es handelt sich dabei UM KEINEN PRÄSENZTERMIN!

Das erste Präsenzwochenende findet vom zweiten angegebenen Termin, Freitag bis Sonntag, in Präsenz statt. Der dritte Termin erstreckt sich von Samstag bis Sonntag. Das Examen wird am vierten Termin abgehalten.

Nach Erhalt des Zugangs zum Webseminar beginnt eine 3-4-wöchige Lernphase, in der die theoretischen Grundlagen erarbeitet werden können. Diese Phase ist zeitlich flexibel und kann an jedem Ort absolviert werden, da die Zeiteinteilung frei ist. Während dieser Lernphase stehen wir für Fragen gerne zur Verfügung.

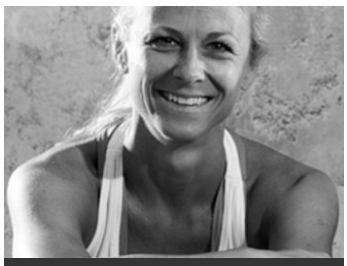
Kosten

Teilnahmegebühr incl. Unterlagen, Prüfung und Diplom:
1.300.- € zzgl. der im jeweiligen Land geltenden MwSt.
Zahlung in Raten ist möglich. Falls gewünscht, sprechen Sie uns bei Buchung darauf an.

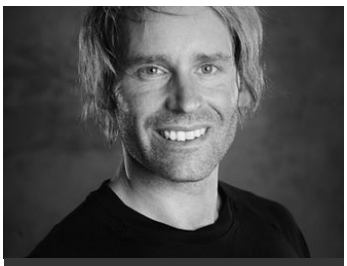
Sollte eine Nachprüfung erforderlich werden, wird diese mit € 100.- zzgl. der im jeweiligen Land geltenden MwSt. berechnet.

Presenter

Vroni Raab-Kronski



Andrea Gundel



Roman Bayer

Daniela Albrecht

Termin(e)

in in Deutschland

GFB24 - 5 **Dipl. Group Fitness Trainer B-Lizenz**
12.10.2024, 01.11.-03.11.2024, 16.11.-17.11.2024 & Examen 30.11.2024 in Erding / München / Sportpark Schollbach