

## Personal Trainer B-Lizenz

### Die umfassende Grundausbildung zum Personal Trainer

#### 4 Ausbildungs- und ein Prüfungstag

Zunächst eine kurze Erklärung zur Unterscheidung von Group Fitness Trainer, Fitness Trainer und Personal Trainer: Die Arbeit eines Group Fitness Trainers unterscheidet sich vom Personal oder Fitness Trainer darin, dass dieser ausschließlich in Gruppenkursen unterrichtet und somit die Kompetenz besitzen muss, mehrere Teilnehmer gleichzeitig anzuleiten. Dabei bestehen vielfältige Spezialisierungs- bzw. Ausbildungsmöglichkeiten, wie in den Bereichen Workout, BodyMind, Step, Dance uvm.

Die Arbeit als Fitness Trainer zeichnet sich vor allem durch seine Kompetenz auf der Trainingsfläche in einem Fitness- oder Gesundheitsunternehmen aus. Neben der gezielten Kundenbetreuung im Gerätebereich oder im Umgang mit dem vorhandenen Equipment, zählen die Trainingsplangestaltung und die Analyse der körperlichen Leistungsfähigkeit zu den täglichen Aufgaben.

Der Personal Trainer bietet ortsunabhängige, persönliche und individuelle Betreuung von Kunden an, die für ihre körperliche Gesundheit, ihr Wohlfühlgefühl oder auch den Erhalt oder Weiterentwicklung ihrer sportlichen Fähigkeiten professionelle Dienstleistung in Anspruch nehmen möchten. Gute Personal Trainer sind gefragt wie nie zuvor, sind oft langfristige, wichtige, kundentreue Begleiter.

Entsprechend dieser Unterscheidung ist unser Ausbildungssystem aufgebaut. Für jede dieser drei unterschiedlichen Trainerformen finden Sie bei uns die passende Grundausbildung und darauf aufbauende Spezialisierungsmöglichkeiten.

Sie wollen also ein richtig guter Personal Trainer werden?

Dann sollten Sie Ihre Trainerkarriere mit der Personal Trainer B-Lizenz starten.

Der Wunsch nach einem maßgeschneiderten, individuellen Training wächst, damit auch die Anforderungen an den Trainer. In den professionellen Händen eines Personal Trainers lassen sich persönliche Wünsche, sportliche Ansprüche sowie präventive oder rehabilitative Ziele unmittelbar und bequem verfolgen. Ein gut geschulter Personaltrainer ist jederzeit in der Lage, sich unabhängig von Ort und Zeit auf die Wünsche seiner Kunden einzulassen, diese zu motivieren und mit Ihnen gemeinsam die unterschiedlichsten Ziele zu erreichen.

### Voraussetzungen

Die Personal Trainer Ausbildung ist eine aufbauende Ausbildung. Teilnahmevoraussetzung ist eine vorhandene Fitness Trainer Lizenz.

Die Ausbildung erstreckt sich inkl. Prüfung über einen Zeitraum von ca. 2 Monaten, gliedert sich in zwei 2tägige Präsenzphasen und einen Prüfungstag.

### Beschreibung

Aufbau und Inhalt unserer Personal Trainer Ausbildung:

Vorausgesetzt wird eine Grundausbildung zum Fitnesstrainer (B-Lizenz), somit grundlegende Kenntnisse der Anatomie und Physiologie und der Trainingslehre.

Darauf aufbauend erfolgt die Spezialisierung zum Personal Trainer.

Inhalte der beiden 2tägigen Präsenzphasen:

- Unterschied Personal Training – Fitness Training
- Trainieren unabhängig vom Fitness Studio
- Anforderungsprofil an einen Personal Trainer
- Durchführung eines Beratungsgesprächs
- Durchführung Anamnese
- Grundkörperanalyse am Kunden

- Trainingslehre Kraft im Personal Training mit Umsetzung in die Praxis
- Der richtige Umgang mit Zusatzgeräten (Kettlebell, Flexi Bar, Robs, ...)
- Die Grundausstattung eines Personal Trainers (Hanteln, Thera Band, AeroStep, Slings)
- Koordination, Stabilisation und Beweglichkeit im Personal Training
- Outdoor Trainingsmöglichkeiten
- Trainingslehre Ausdauer mit Umsetzung in Praxis
- Die richtige Vorbereitung einer Trainingseinheit, Terminplanung
- Betriebswirtschaftliche Aspekte (Unternehmensgründung und Vermarktung)
- Weg in die Selbstständigkeit
- Marketing: Webseite, Visitenkarte, Firmenlogo
- Zielgruppen: Übergewichtige, Senioren, Jugendliche...

Die Prüfung besteht aus

- einem schriftlichen Theorieteil
- sowie einer praktischen Prüfung aus den Bereichen Planen und Ausarbeiten von Trainingsplänen und Durchführung einer praktischen Trainingseinheit.

Die Ausbildung beinhaltet ein umfangreiches Skript, die Prüfung und das offizielle Diplom. Jeder Teilnehmer, der die Prüfung besteht, erwirbt die B-Lizenz und ist berechtigt, die Bezeichnung Euro Education Personal Trainer zu führen.

Das Diplom ist zeitlich nicht begrenzt.

Zwei Überlegungen führten zu dieser Entscheidung, die sich seit nunmehr über 15 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.

## Kosten

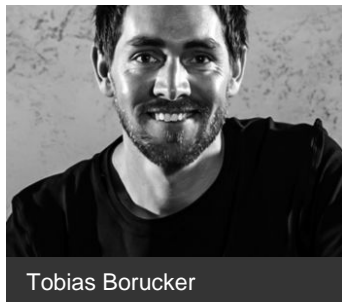
Teilnahmegebühr inkl. Skript, Prüfung und Diplom: € 700.- zzgl. 19% MwSt.

Zahlung in Raten ist möglich. Falls gewünscht, sprechen Sie uns bei Buchung darauf an.

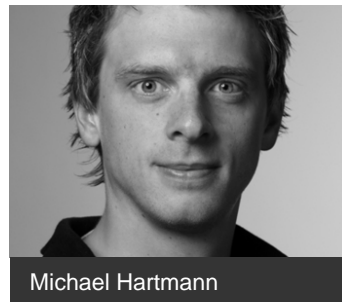
## Presenter



Roman Bayer



Tobias Borucker



Michael Hartmann

## Termin(e)

### in in Deutschland

#### **PTB19 - 1 Personal Trainer B-Lizenz**

27.04.-28.04.2019, 18.05.-19.05.2019 & Examen 08.06.2019 in München / ars movendi

#### **PTB19 - 3 Personal Trainer B-Lizenz**

13.07.-14.07.2019, 03.08.-04.08.2019 & Examen 14.09.2019 in Regensburg / Die Insel

#### **PTB19 - 2 Personal Trainer B-Lizenz**

16.11.-17.11.2019, 30.11.-01.12.2019 & Examen 07.12.2019 in München / ars movendi

### in in Österreich

#### **PTB19 - 4 Personal Trainer B-Lizenz**

23.11.-24.11.2019, 07.12.-08.12.2019 & Examen 11.01.2020 in Wels / Linz / Pyramide