

1. WE	Sa, 13.02.2021* So, 14.02.2021*	8 UE 8 UE	Anatomie Physiologie
2. WE	Sa, 20.02.2021* So, 21.02.2021*	8 UE 8 UE	Krafttraining in Theorie und Praxis Krafttraining in Theorie und Praxis
3. WE	Sa, 06.03.2021* So, 07.03.2021*	8 UE 8 UE	Allgemeine Trainingslehre Ausdauertraining in Theorie und Praxis
4. WE	Sa, 13.03.2021* So, 14.03.2021*	8 UE 8 UE	Gruppentraining und Kurse anleiten Sprache, Körpersprache und erfolgreiches Auftreten als Personal Trainer
5. WE	Sa, 20.03.2021* So, 21.03.2021*	8 UE 8 UE	Ernährung Marketing und erfolgreicher Einstieg in die Selbstständigkeit
6. WE	Sa, 17.04.2021*	8 UE	Präsentation Stundenbilder / angeleitete Praxiseinheiten
7. WE	Sa, 08.05.2021* So, 09.05.2021*	8 UE 8 UE	Trainingsplanung Laufen Lauftechnik in Theorie und Praxis
8. WE	n. Vereinbarung* n. Vereinbarung*	8 UE 8 UE	Kinder- und Jugendtraining Senioren- und Präventionstraining
9. WE	n. Vereinbarung*	8 UE	Trainingsplanung Radfahren, Equipment und Radtechnik
10. WE	n. Vereinbarung* n. Vereinbarung	8 UE 10 UE	Schwimmtechnik Trainingsplanung Schwimmen und Equipment
11. WE	n. Vereinbarung n. Vereinbarung	2 UE 2 UE	Wettkampflehre Coaching im Wettkampf (Mentales Training)
Praxis		60 UE	Die Praxisstunden können individuell gewählt und auch in Eigenregie durchgeführt werden z.B. Erstellen von Trainingskonzepten, Abhalten von Trainings, Anwesenheit bei Tristyle Trainings/Coachings u.ä.
Gesamt		210 UE	

* von 10:00 bis 16:00 Uhr