



## STUDIENPLAN HERBST 2021

# AUSBILDUNG ZUM/ZUR DIPL. PERSONAL TRAINER/IN

1. WE	Sa, 09.10.2021 So, 10.10.2021	8 UE 8 UE	Physiologie Anatomie
2. WE	Sa, 16.10.2021 So, 17.10.2021	8 UE 8 UE	Krafttraining in Theorie und Praxis Krafttraining in Theorie und Praxis
3. WE	Sa, 23.10.2021 So, 24.10.2021	8 UE 8 UE	Allgemeine Trainingslehre Ausdauertraining in Theorie und Praxis
4. WE	Sa, 06.11.2021 So, 07.11.2021	8 UE 8 UE	Gruppentraining und Kurse anleiten Ernährung
5. WE	Sa, 13.11.2021 So, 14.11.2021	8 UE 8 UE	Sprache, Körpersprache und erfolgreiches Auftreten als Personal Trainer Marketing und erfolgreicher Einstieg in die Selbstständigkeit
6. WE	So, 12.12.2021	8 UE	Präsentation Stundenbilder / angeleitete Praxiseinheiten
<b>Praxis</b>		42 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.
<b>Gesamt</b>		130 UE	