



## Bachelor of Arts Fitnesstraining

- Duales Studium mit einer Kombination aus betrieblicher Tätigkeit und einem Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen - vor Ort und/oder digital
- 7 Semester / 42 Monate mit Präsenzphasen an insgesamt 64 Tagen - vor Ort und/oder digital
- Bschluss: Bachelor of Arts
- Akkreditierter und staatlich anerkannter Studiengang sowie Zulassung durch die staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU)
- Zukunftsperspektive: Die Fitness- und Gesundheitsbranche hat sich zu einer wirtschaftlich überaus erfolgreichen Branche entwickelt, die in den letzten Jahren ein stetiges Wachstum generierte. Mehr denn je gehören Fitness und ein aktives Gesundheitstraining heute zum Lebensstil vieler Menschen.

Immer wieder hat die Branche es geschafft, auf die sich ändernden Kundenbedürfnisse zu reagieren und entsprechende Angebote für bestehende und neue Zielgruppen zu entwickeln.

Wie nie zuvor ist ein professionell geführter Trainings- und Kursbereich mit einem durchdachten Gesamtkonzept ein wichtiger Baustein für den langfristigen Erfolg eines Sport-, Fitness- oder Gesundheitsunternehmens. In der Branche nachgefragt sind hierzu insbesondere Führungspersönlichkeiten, die sowohl über einschlägige trainingspraktische als auch über managementbezogene Kompetenzen verfügen.

Der Studiengang Bachelor of Arts Fitnesstraining vermittelt Ihnen genau diese Kenntnisse und bereitet Sie somit umfassend zur Leitung des Trainingsbereiches eines Sport-, Fitness- oder Gesundheitsunternehmens vor.

- Studienstart: jederzeit möglich
- Vergütung: 1. AJ 649,00 EUR  
2. AJ 766,00 EUR  
3. AJ 876,00 EUR
- Arbeitszeiten: 35h / Woche entsprechend der Öffnungszeiten
- Urlaub 20 Werktage/ Jahr

- **Einsatzfelder**  
Der Bachelor-Studiengang Fitnessstraining befähigt Sie dazu, in folgenden Einsatzfeldern tätig zu werden:

#### **Fitness- und Gesundheitseinrichtungen**

- Fitness- und Gesundheitsanlagen
- Rehasentren

#### **Special- Interest- Studios**

- EMS- Studios
- Functiona- Training-Studios

#### **Non-Profit-Institutionen**

- Sportvereine mit Fitness- und/oder Gruppentrainingsangeboten
- Volkshochschulen

#### **Sporttourismus**

- Sporthotels
- Wellnesshotels

#### **Sonstige**

- Krankenkassen
- Selbstständige Tätigkeit als Personal Trainer/-in

- **Studieninhalte:** Der Schwerpunkt des Studiengangs liegt in der Trainingswissenschaft. Auf der Basis anatomischer, biomechanischer und trainingswissenschaftlicher Grundlagen lernen Sie, eine zielgruppenorientierte und an den Zielsetzungen der Kunden orientierte Trainingssteuerung umzusetzen. Die Vermittlung der Lerninhalte erfolgt praxisnah und interdisziplinär.

### **Trainingswissenschaft**

- Trainingslehre I - Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining
- Trainingslehre II - Ausdauertraining
- Trainingslehre III - Beweglichkeits- und Koordinationstraining
- Trainingslehre IV - Rehabilitatives Training
- Trainingslehre V - Leistungsorientiertes Training
- Gruppentraining I - Grundlagen Gruppentraining
- Gruppentraining II - Kraft- und ausdauerorientierte Programme
- Gruppentraining III - Präventiv- und koordinationsorientierte Programme

### **Naturwissenschaft**

- Medizinische Grundlagen
- Ernährung I - Ernährungsphysiologische Grundlagen

### **Gesundheitswissenschaft**

- Grundlagen Coaching
- Kommunikation und Präsentation

### **Wirtschaftswissenschaften**

- Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre
- Beratungs- und Servicemanagement
- Fitnessmarkt
- Marketing I - Operatives Marketing

### **Interdisziplinär**

- interdisziplinäre Verknüpfung der Fachbereiche mit dem Schwerpunkt auf dem Fachbereich Trainingswissenschaft