



IST-Trainings- lizenzen



IST-Studieninstitut
Moskauer Straße 25
D-40227 Düsseldorf
Tel. +49(0)211/86668-0
Fax +49(0)211/86668-30
info@ist.de • www.ist.de

Um die Lesbarkeit des Textes zu erhalten, wurde auf das Nebeneinander weiblicher und männlicher Personen- und Berufsbezeichnungen verzichtet.

Dafür bitten wir alle Leserinnen um Verständnis.

Inhalt

1. Marktübersicht – die Fitnessbranche	5
2. Berufsfeld Fitness-Studio	6
3. Quereinstieg in die Fitnessbranche durch IST-Lizenzen	8
3.1 Lizenz durch Fernstudium + Seminare	9
3.2 Was sind B-Lizenzen?	9
3.3 Was sind A-Lizenzen?	9
3.4 Was sind S-Lizenzen?	9
4. Die B-LIZENZEN im Detail	10
4.1 Fitnesstraining B-Lizenz (IST)	10
4.2 GroupFitnesstraining B-Lizenz (IST)	11
5. Die A-LIZENZEN im Detail	12
5.1 PersonalTraining A-Lizenz (IST/Gluckerkolleg)	12
5.2 Rückentraining A-Lizenz (IST)	13
5.3 Nordic Walking A-Lizenz (IST)	14
5.4 Fitness 50plus A-Lizenz (IST) Inklusive Nordic Walking A-Lizenz (IST)	15
5.5 GewichtsCoaching A-Lizenz (IST)	16
5.6 Pilates A-Lizenz (IST)	17
5.7 PowerYoga A-Lizenz (IST)	19
5.8 ChoreografieProfessional A-Lizenz (IST)	20

6. Die S-LIZENZEN im Detail	21
6.1 IndoorCycling S-Lizenz (IST/SCHWINN)	21
6.2 Entspannungstraining S-Lizenz (IST)	22
6.3 KinderFitnessstraining S-Lizenz (IST)	23
6.4 Ernährungsberatung S-Lizenz (IST)	24
6.5 Team- and Salesmanagement S-Lizenz (IST)	25

1. Marktübersicht – die Fitnessbranche

Fitness und Gesundheit – das sind Themen, die in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung gewinnen. Zum einen werden sie von den Medien und der Politik thematisiert, zum anderen gibt es immer mehr Menschen, die sich intensiv um ihre individuelle Fitness und Gesundheit bemühen. Davon profitiert die Fitnessbranche in hohem Maße!

Die Fitnessbranche konnte im Laufe der letzten Jahrzehnte ihr „Muckibuden-Image“ ablegen und durch eine starke Fokussierung auf gesundheitsorientierte Fitness- und Wellnessangebote sowie durch verstärkte Zusammenarbeit mit Krankenkassen enorm an gesellschaftlicher Anerkennung gewinnen: Mittlerweile sind ca. 4,6 Millionen Deutsche Mitglied in einem Fitness-Studio (DSSV-Eckdaten 2006). Außerdem gehören Fitnessangebote zum Standard in Sportvereinen, in Sporthotels, in Ferien-Clubs und auf Kreuzfahrtschiffen. Fitness ist derzeit unter den wachsenden Sportarten die Nummer eins!

Die quantitative und qualitative Entwicklung, die die Fitnessbranche erlebt hat, spiegelt sich vor allem auch in den Anforderungen an das Personal wieder: Die Zeiten, in denen jeder sportlich aussehende Jüngling oder jedes rhythmisch begabte Mädels ohne Ausbildung im Fitness-Studio arbeiten konnte, sind vorbei. Die Arbeitgeber setzen für die professionelle Mitgliedergewinnung, -beratung und -betreuung in ihren Studios nur noch qualifiziertes Fachpersonal ein!

2. Berufsfeld Fitness-Studio

Moderne Fitnessanlagen haben mehrere verschiedene Arbeitsbereiche: Es gibt den Empfangsbereich oder die Rezeption, wo auch Getränke und Snacks verkauft werden, die Sales-Abteilung, die Fitnessfläche, den Group-Fitnessbereich, den Wellnessbereich und natürlich die Verwaltung sowie die Geschäftsführung. Diese unterschiedlichen Arbeitsbereiche stellen ganz unterschiedliche Anforderungen an das dort tätige Personal, das bedeutet, es werden Mitarbeiter mit verschiedenen Qualifikationen benötigt.

Empfangsbereich und Sales-Abteilung

Im Empfangsbereich und in der Sales-Abteilung werden Mitarbeiter mit hoher Service- und Verkaufskompetenz benötigt. Sie sind ein wichtiges „Aushängeschild“ des Clubs und verantwortlich für kompetente Beratung, erfolgreichen Verkauf und zuvorkommenden Service. In größeren Fitnessanlagen gibt es oft eine separate Sales-Abteilung mit so genannten „Sales-Mitarbeitern“, die ausschließlich für Verkaufsgespräche und Promotion-Aktionen zuständig sind. In den meisten Studios werden diese Aufgaben von Empfangs-Mitarbeitern oder den Trainern übernommen. Hier sind neben Soft-Skills, wie Offenheit und Einfühlungsvermögen, vor allem Kenntnisse in den Bereichen Kommunikation, Kundenorientierung, Service- und Salesmanagement, aber auch Konfliktmanagement erforderlich.

Fitnessfläche

Ein sehr wichtiger Arbeitsbereich in einer Fitnessanlage ist natürlich die Fitnessfläche mit den Ausdauer- und Kraftgeräten. Hier werden die ausgebildeten Fitnesstrainer, Personal Trainer und Best-Aging-Trainer tätig: Sie führen die Leistungsdiagnostik mit Neukunden durch, erstellen Trainingspläne, geben Tipps und korrigieren die Kunden während ihres Trainings. Sie sind Ansprechpartner für alle trainingspezifischen Fragen und führen ggf. auch Ernährungsberatungen, One-To-One-Trainings o. Ä. durch.

Group-Fitnessbereich

Im Group-Fitnessbereich – oftmals auch Kursbereich genannt – arbeiten Group-Fitnesstrainer, die Kurse wie Aerobic, Step-Aerobic, Bauch-Beine-Po, Pilates, Rücken-Workout usw. leiten. Sie benötigen neben Motivationstalent vor allem trainingswissenschaftliches Wissen und spezielle Fähigkeiten in Sachen Stunden-aufbau, Musikstruktur, Choreografieaufbau, Cueing, Übungsauswahl, Methodik und Didaktik.

Wellnessbereich

Fast jede Fitnessanlage verfügt auch über einen Wellnessbereich, einige haben „nur“ eine Sauna, andere bieten eine umfangreiche Angebotspalette von Massagen bis Ayurveda-Anwendungen. Im Wellnessbereich kommen z. B. ausgebildete Masseure oder Wellnesstrainer zum Einsatz.

Verwaltung und Geschäftsleitung

Natürlich muss eine Fitnessanlage auch geleitet und verwaltet werden. Die Mitarbeiter, die hier arbeiten, haben in der Regel einen Abschluss zum Sport- und Fitnesskaufmann (IHK) oder eine Fortbildung zum Fitnessmanager oder Fitnessfachwirt gemacht.

3. Quereinstieg in die Fitnessbranche durch IST-Lizenzen

Um in einer Fitnessanlage arbeiten zu können, sollte man sich entweder für einen oder mehrere der beschriebenen Arbeitsbereiche qualifizieren. Je mehr Arbeitsbereiche Sie abdecken können, desto interessanter sind Sie selbstverständlich für den Arbeitgeber. Wer z. B. eine betriebliche Ausbildung zum Sport- und Gesundheitstrainer (IST)/Sport- und Fitnesskaufmann (IHK)¹ gemacht hat, ist automatisch überall einsetzbar. Aber im Gegensatz zu anderen Branchen braucht man in der Fitnessbranche nicht unbedingt eine betriebliche oder staatliche Ausbildung! Da diese Branche noch jung ist und recht unkonventionell funktioniert, ist auch ein Quereinstieg sehr gut möglich. In der Fitnessbranche ist es üblich, sich durch Lizenzen für eine Tätigkeit im Studio zu qualifizieren. Wenn Sie beschließen, Ihr Hobby zum Beruf zu machen, können Sie den Quereinstieg problemlos mittels der branchen- anerkannten IST-Lizenzen schaffen.

Das IST-Studieninstitut hat ein Lizenzsystem entwickelt, das auf die Anforderungen des Berufsfelds Fitness-Studio zugeschnitten ist und Ihnen optimale Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten bietet.

Die einzelnen Lizenzen qualifizieren immer für einen bestimmten Arbeitsbereich und ermöglichen den Arbeitseinsatz in selbigem. Je mehr Lizenzen Sie vorweisen können, desto breiter sind Sie aufgestellt und desto vielseitiger können Sie im Fitness-Studio eingesetzt werden.

¹ Die betriebliche Ausbildung zum Sport- und Gesundheitstrainer (IST)/Sport- und Fitnesskaufmann (IHK) dauert insgesamt 30 Monate und beinhaltet so viele Lizenzen, dass man sich für die Tätigkeit in allen Arbeitsbereiche eines Fitness-Studios qualifiziert. Wenn Sie über diese Ausbildung weitere Informationen wünschen, rufen Sie uns einfach unter der kostenlosen Hotline 0800 / 478 0800 an.

3.1 Lizenz durch Fernstudium + Seminare

Das IST-Studieninstitut, das seit über 15 Jahren auf Fernstudiengänge spezialisiert ist, bietet die Lizenzen als Fernstudium mit ergänzenden Praxis-Seminaren an. Das bedeutet, das theoretische Wissen erarbeiten Sie sich durch Studienhefte, die wir Ihnen zuschicken oder die Sie im Internet herunterladen können sowie durch das Bearbeiten von Einsendearbeiten, die vom IST korrigiert werden. So lernen Sie die theoretischen Inhalte zeitlich unabhängig und bequem zu Hause. Die Praxis erlernen Sie in Wochenendseminaren, die im Raum Düsseldorf stattfinden. Während Sie zu Hause lernen, haben Sie immer die Möglichkeit, bei Ihren Fachbetreuern im IST anzurufen, denn diese stehen Ihnen sowohl bei organisatorischen als auch bei fachlichen Fragen zur Verfügung. Während der Seminare haben Sie dann die Möglichkeit, die Theorie in die Praxis umzusetzen und sich mit den Dozenten und den anderen Kursteilnehmern auszutauschen.

3.2 Was sind B-Lizenzen?

Das „B“ steht hier für „Basic“, das bedeutet, eine B-Lizenz ist eine Basisausbildung, durch die Sie das wichtigste Grundlagenwissen und elementare Fähigkeiten erwerben. Wenn Sie sich in einer Sport- oder Fitnessanlage als Fitness- oder Group-Fitnesstrainer bewerben, wird generell als Mindestvoraussetzung eine B-Lizenz erwartet. Die Qualität unserer B-Lizenzen wurde von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) geprüft. Die B-Lizenzen des IST-Studieninstituts tragen ein entsprechendes Siegel und stellen Qualifikationsnachweise dar, die Ihnen den Einstieg in die Fitnessbranche ermöglichen.

3.3 Was sind A-Lizenzen?

Das „A“ steht für „Advanced“, was übersetzt „erweitert“ oder „fortgeschritten“ bedeutet. Wenn Sie bereits über eine B-Lizenz (oder eine vergleichbare Grundlagenausbildung) verfügen, können Sie sich durch unsere A-Lizenzen auf einen bestimmten Trainingsbereich oder eine besondere Zielgruppe spezialisieren. Unsere A-Lizenzen orientieren sich am Markt, zeichnen sich durch Aktualität und Trendbezug aus und machen Sie fit für eine Karriere als Fitness-Profi.

3.4 Was sind S-Lizenzen?

Einige Lizenzen sind so aufgebaut, dass Sie auch ohne Vorkenntnisse interessantes Spezial-Wissen für eine Tätigkeit in der Fitnessbranche erwerben können. Die sogenannten Special-Lizenzen (= S-Lizenzen) vermitteln Kenntnisse und Fähigkeiten in speziellen Arbeitsbereichen wie z. B. in der Ernährungsberatung, im Kinder-Fitnesstraining oder im Team- und Salesmanagement.

4. Die B-LIZENZEN im Detail

4.1 Fitnesstraining B-Lizenz (IST)

Sie streben eine Karriere als Fitnesstrainer an und möchten diesen Weg durch eine Grundlagenausbildung ebnen? Dann sollten Sie die Fitnesstraining B-Lizenz (IST) machen! Nach Abschluss dieses Fernstudiums sind Sie in der Lage, die Kunden eines Fitness-Studios nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu betreuen. Sie erlernen in diesem sechsmonatigen Kurs alles von der Trainingswissenschaftlichen Theorie über die Leistungsdiagnostik und das Gerätetraining bis hin zur Trainingsplanerstellung. Wenn Sie sich danach zum Personal Trainer, GewichtsCoach o. Ä. weiterbilden möchten, können Sie dies mittels der A-Lizenzen tun.



Dauer	6 Monate
Kursbeginn	Januar, April, Juli, Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss
Abschluss	B-Lizenz „Fitnesstraining (IST)“
Kursgebühr	165,- Euro monatlich/990,- Euro gesamt

Die Fitnesstraining B-Lizenz (IST) besteht aus vier staatlich zugelassenen Studienheften und drei Praxis-Seminaren.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Anatomie
2. Monat	SH 2	Physiologie
3. Monat	SH 3	Trainings- und Bewegungslehre + EA
4. Monat	SH 4	Diagnostik und Testmethoden
4. Monat	PS 1 (2 Tage)	Diagnostik und Fitnesstraining
5. Monat	PS 2 (2 Tage)	Gerätetraining
6. Monat	PS 3 (2 Tage)	Trainingsplanerstellung + Prüfung
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur + Lehrprobe		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

4.2 GroupFitnessstraining B-Lizenz (IST)

Sie lieben Group-Fitness und möchten auch einmal vorne stehen und eine Gruppe begeistern? Die GroupFitnessstraining B-Lizenz (IST) ist der erste Schritt, um Ihr Hobby zum Beruf zu machen! Der Job eines Group-Fitnesstrainers macht äußerst viel Spaß, erfordert aber auch sehr viele trainingspezifische Kenntnisse und ein hohes Fähigkeitsniveau. Die Studienhefte vermitteln Ihnen die Theorie und in den Seminaren erlernen Sie praktisch, wie Sie Group-Fitnesskurse aufbauen, wie Sie mit der Musik umgehen und wie Sie die Gruppe richtig anleiten. Nach Abschluss der B-Lizenz sind Sie in der Lage, Aerobic-, Step- und Body-Toning-Kurse (Toning = Kräftigung) zu geben. Außerdem eröffnet Ihnen die B-Lizenz den Zugang zu allen A-Lizenzen.



Dauer	6 Monate
Kursbeginn	Januar, April, Juli, Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss
Abschluss	B-Lizenz „GroupFitnessstraining (IST)“
Kursgebühr	165,- Euro monatlich/990,- Euro gesamt

Die GroupFitnessstraining B-Lizenz (IST) besteht aus vier staatlich zugelassenen Studienheften und drei Praxis-Seminaren.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Anatomie
2. Monat	SH 2	Physiologie
3. Monat	SH 3	Trainings- und Bewegungslehre + EA
4. Monat	SH 4	Group-Fitness-Grundlagen
4. Monat	PS 1 (3 Tage)	Aerobic & Step
5. Monat	PS 2 (3 Tage)	Fatburner & BodyTraining
6. Monat	PS 3 (2 Tage)	Total-Body-Toning + Prüfung
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur + Lehrprobe		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

5. Die A-LIZENZEN im Detail

5.1 PersonalTraining A-Lizenz (IST/Gluckerkolleg)

Personal Trainer trainieren ihre Kunden persönlich und individuell im Fitness-Studio, zu Hause, im Freien oder im Büro und berechnen für diesen individuellen Service ein entsprechendes Honorar. Um den Kunden exzellent und allumfassend betreuen zu können, benötigt ein Personal Trainer mehr als eine Grundlagenausbildung. In der sechsmonatigen A-Lizenz vermitteln wir Ihnen in Zusammenarbeit mit unserem Ausbildungspartner Gluckerkolleg Kenntnisse und Fähigkeiten in Sachen individuelles und gesundheitsorientiertes Fitnesstraining, Ernährungsberatung, Umgang mit Krankheiten und richtige Kundenkommunikation. Weiterhin erhalten Sie wichtige Tipps für Ihre Selbstständigkeit, z.B. zum Thema „professionelle Kundenakquise“, „Absicherung“ etc. Nach Abschluss der PersonalTraining A-Lizenz steht Ihrer Karriere als Personal Trainer nichts mehr im Wege!

Dauer	6 Monate
Kursbeginn	monatlich
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z.B. Fitness B-Lizenz, GroupFitness B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse)
Abschluss	A-Lizenz „PersonalTraining (IST/Gluckerkolleg)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/1.170,- Euro gesamt

Die PersonalTraining A-Lizenz besteht aus 3 Studienheften und 3 Praxis-Seminaren, die Sie in unterschiedlichen Städten in Deutschland, Österreich und der Schweiz besuchen können.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Ernährung und Sport I
2. Monat	SH 2	Ernährung und Sport II + EA
3. Monat	SH 3	Grundlagen des Personal-Trainings
4. Monat	PS 1 (2 Tage)	Personal Training I
5. Monat	PS 2 (5 Tage)	Personal Training II
6. Monat	PS 3 (2 Tage)	Personal Training III (Prüfung)
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit zu den ersten beiden Studienheften + Hausarbeit (Thema wird im ersten Seminar mitgeteilt) + Businessplan		
Prüfungstag: Klausur + Lehrprobe		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

5.2 Rückentraining A-Lizenz (IST)

Mehr als 80 % der deutschen Bevölkerung leidet unter Rückenproblemen und die Belastungen, die dadurch für die Arbeitgeber und die Krankenkassen entstehen, sind enorm. Aufgrund dieser Tatsachen steigt zum einen bei der Bevölkerung die Nachfrage nach rückengerechten Trainingsprogrammen und zum anderen unterstützen Arbeitgeber und Krankenkassen denjenigen, der sich aktiv um einen gesunden Rücken bemüht. Der großen Nachfrage können die Fitness-Studios und Sportvereine teilweise gar nicht nachkommen, da kompetentes Personal fehlt. Die 2-monatige Fortbildung Rückentraining A-Lizenz (IST) vermittelt Ihnen in kompakter Form alle Elemente des rückengerechten Trainings. Sie erwerben nicht nur spezielles Theoriewissen, sondern auch die Fähigkeit, Rückentraining auf der Trainingsfläche sowie im Kursbereich zu planen, durchzuführen und anzuleiten. Nach dem Erwerb der Rückentraining A-Lizenz (IST) sind Sie Spezialist in Sachen Prävention von Rückenerkrankungen und beherrschen die Organisation und Umsetzung von präventiven Rückenprogrammen für unterschiedliche Zielgruppen.

Wenn Sie bereits eine staatlich anerkannte Ausbildung im Sportbereich abgeschlossen haben (Sportstudium, staatl. anerk. Gymnastiklehrer- oder Physiotherapie-Ausbildung o. Ä.), eröffnet Ihnen die Rückentraining A-Lizenz (IST) die Möglichkeit, Ihre Rückentrainings-Angebote mit Krankenkassen abzurechnen.

Dauer	2 Monate
Kursbeginn	März, Juni, September und Dezember
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z.B. Fitness B-Lizenz, GroupFitness B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich
Abschluss	A-Lizenz „Rückentraining (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/390,- Euro gesamt

Die Rückentraining A-Lizenz (IST) besteht aus einem Studienheft und einem Praxis-Seminar, das im Großraum Düsseldorf stattfindet.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH	Rückenfitness
2. Monat	PS (2 Tage)	Rückentraining in der Praxis + Prüfung
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.3 Nordic Walking A-Lizenz (IST)

Nordic Walking ist eine der beliebtesten Trendsportarten der letzten Jahre. Diese neue und sehr sanfte Ausdauersportart begeistert nicht nur erfahrene Sportler, sondern bringt auch ältere Menschen, Personen mit körperlichen Einschränkungen und sogar Sportmuffel in Bewegung. Nordic Walking ist jedoch nur dann wirklich effektiv und gesundheitsfördernd, wenn die Technik richtig ausgeführt wird, und dafür bedarf es der professionellen Anleitung durch einen fachkundigen Trainer. Personal Trainer bieten das Nordic Walking schon lange im 1:1-Training an und mittlerweile nehmen auch immer mehr Studios und Vereine Nordic Walking als Gruppentraining in ihr Kursprogramm auf.

Die Nordic Walking A-Lizenz (IST) vermittelt Ihnen tief gehende Kenntnisse zum zielgruppenspezifischen wie zielorientierten Ausdauertraining und in der Praxis beschäftigen Sie sich mit der richtigen Nordic-Walking-Technik, dem korrekten Umgang mit den Stöcken etc. Nach Abschluss der Nordic Walking A-Lizenz (IST) beherrschen Sie die Organisation und Durchführung von Nordic Walking als Personal Training oder im Kursformat. Außerdem können Sie Ihren Kunden in Sachen Fettreduktion und Ernährung zur Seite stehen.

Dauer	2 Monate
Kursbeginn	Januar, April, Juli und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z. B. Fitness B-Lizenz, GroupFitnessstraining B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich
Abschluss	A-Lizenz „Nordic Walking Training (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/390,- Euro gesamt

Die Nordic Walking A-Lizenz (IST) besteht aus einem Studienheft und einem zweitägigen Praxis-Seminar, das im Großraum Düsseldorf stattfindet.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH	Cardio-Training
2. Monat	PS (2 Tage)	Nordic Walking + Prüfung
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.4 Fitness 50plus A-Lizenz (IST)

Inklusive Nordic Walking A-Lizenz (IST)

In Deutschland steigt die Anzahl älterer Menschen immer weiter an – und damit auch der Bedarf an altersangemessenen Sportangeboten. Die Mentalität der heute über 50-Jährigen hat sich im Vergleich zu früheren Generationen stark gewandelt: Die so genannten „Best-Ager“ sind gesundheitsbewusst, möchten ihre Freizeit im Alter aktiv gestalten und gehen in zunehmendem Maße regelmäßig sportlichen Aktivitäten nach. Aus diesem Grund werden die Best-Ager für die Sport- und Fitnessbranche eine immer wichtigere Zielgruppe. Aber um auf diesem Gebiet erfolgreich zu sein, werden gut durchdachte Strategien, ganzheitliche Konzepte und – in erster Linie – kompetente Trainer benötigt. Da es sich bei den Best-Agern um eine anspruchsvolle Zielgruppe mit zahlreichen körperlichen und psychischen Besonderheiten handelt, müssen die Trainer über spezielle, zielgruppenspezifische Kenntnisse und Fähigkeiten verfügen.

Die Fitness 50plus A-Lizenz (IST) vermittelt Ihnen tief gehende theoretische Kenntnisse zu den physiologischen und psychologischen Besonderheiten im Alter und wie diese beim Sport- und Fitnesstraining mit Älteren berücksichtigt werden müssen. Durch diese Fortbildung erwerben Sie die Fähigkeit, für ältere Personen eine Leistungsdiagnostik durchzuführen, individuelle Trainingspläne auszuarbeiten und Gruppentrainingsprogramme zu leiten. Da Sie während dieser Fortbildung auch die Nordic Walking A-Lizenz (IST) erwerben, können Sie nach Ihrem Abschluss auch Nordic-Walking-Kurse leiten. Zusätzlich zu den trainingspezifischen Inhalten vermittelt Ihnen die Fitness 50plus A-Lizenz (IST) auch Kenntnisse zur optimalen Kundenansprache und der Vermarktung von 50plus-Training.

Dauer	5 Monate
Kursbeginn	Juni und Dezember
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z. B. Fitness B-Lizenz, GroupFitnesstraining B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich
Abschluss	A-Lizenz „Fitnesstraining 50plus (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/975,- Euro gesamt

Die Fitness 50plus A-Lizenz (IST) besteht aus 2 Studienheften und 3 zwei-tägigen Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Grundlagen für Fitnesstraining 50plus
2. Monat	PS 1 (2 Tage)	Fitnesstraining 50plus in der Praxis
3. Monat	SH 2	Gruppentraining für Ältere
4. Monat	PS 2 (2 Tage)	Ausdauertraining und Nordic Walking für Ältere + Prüfung Nordic Walking
5. Monat	PS 3 (2 Tage)	Organisation und Vermarktung von Fitnessangeboten für die ältere Zielgruppe + Prüfung Fitness 50plus
Prüfung Nordic Walking: Multiple-Choice-Klausur Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		
Prüfung Fitness 50plus: Multiple-Choice-Klausur Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.5 GewichtsCoaching A-Lizenz (IST)

Die Zahl der Übergewichtigen in Deutschland hat in den vergangenen Jahren stark zugenommen. Etwa jeder dritte erwachsene Bundesbürger ist deutlich übergewichtig und sollte aus medizinischen Gründen Gewicht abnehmen, so die Deutsche Adipositas-Gesellschaft. Negative Auswirkungen von Übergewicht können sich neben den medizinischen auch in psychischen und sozialen Problemen äußern. Falsche Ernährung ist zu einem enormen Kostenfaktor im deutschen Gesundheitswesen geworden. Laut Berechnungen des Verbraucherschutzministeriums aus dem Jahr 2004 geben die gesetzlichen Krankenkassen jährlich rund 30 Milliarden Euro für die Behandlung ernährungsbedingter Erkrankungen aus.

Die viermonatige GewichtsCoaching A-Lizenz (IST) vermittelt Ihnen die notwendigen Kenntnisse, um eine spezielle Betreuung für die Zielgruppe der Übergewichtigen anzubieten. Er ermöglicht Ihnen, verschiedene Kurse im Bereich der Fettreduktion anzubieten und eine kompetente Ernährungsberatung durchzuführen.

Dauer	4 Monate
Kursbeginn	April und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z. B. Fitness B-Lizenz, GroupFitnessstraining B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich
Abschluss	A-Lizenz „GewichtsCoaching (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/789,- Euro gesamt

Die GewichtsCoaching A-Lizenz (IST) besteht aus 2 Studienheften und 2 zweitägigen Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Grundlagen des Trainings mit Übergewichtigen
2. Monat	SH 2	Bausteine des Gewichts-Coachings
3. Monat	PS 1 (2 Tage)	Ernährung und Gewichts-Coaching
4. Monat	PS 2 (2 Tage)	Bewegungstraining mit Übergewichtigen + Prüfung
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.6 Pilates A-Lizenz (IST)

Pilates ist eine sanfte und dennoch sehr effektive Trainingsmethode, die das harmonische Zusammenspiel von Körper und Geist anstrebt und somit einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt. Sie kann entweder an speziellen Geräten („Allegro“) oder auf der Matte („Matwork“) durchgeführt werden. Bei den Pilates-Mattenübungen, die den Schwerpunkt dieser A-Lizenz darstellen, handelt es sich um Ganzkörperübungen, die zum einen auf eine ausgewogene Entwicklung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination und zum anderen auf die Verbesserung der Körperwahrnehmung abzielen. Pilates kann in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen angeboten werden und bietet somit die Möglichkeit, mit unterschiedlichen Zielgruppen gesundheitsorientiert zu trainieren.

Die Pilates A-Lizenz (IST) richtet sich an Personen, die bereits Vorkenntnisse im Sport- oder Fitnessbereich haben. Da es sich um eine komplexe und vielschichtige Trainingsmethode handelt, werden die theoretischen Kenntnisse zunächst in einem Studienheft thematisiert, darauf aufbauend wird in den Praxis-Seminaren vermittelt, wie Pilates-Kurse geplant und durchgeführt werden. Sie lernen die unterschiedlichen Übungen kennen und erfahren, wie die Pilates-Prinzipien in die Praxis umgesetzt werden. Insbesondere lernen Sie, wie Sie den Kursteilnehmern die Pilates-Philosophie vermitteln und wie Sie die Übungen gut verständlich und präzise anleiten. Nach diesem Lizenz-Kurs sind Sie in der Lage, effektive, gesundheitsorientierte und sichere Pilates-Kurse für Anfänger und fortgeschrittene Anfänger zu leiten.

Dauer	3 Monate
Kursbeginn	Februar, Mai, August und November
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z. B. Fitness B-Lizenz, GroupFitnessstraining B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich
Abschluss	A-Lizenz „Pilates (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/585,- Euro gesamt

Die Pilates A-Lizenz (IST) besteht aus einem Studienheft und 2 zweitägigen Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH	Pilates
2. Monat	PS 1 (2 Tage)	Pilates Matwork I
3. Monat	PS 2 (2 Tage)	Pilates Matwork II
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur + Lehrprobe Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.7 PowerYoga A-Lizenz (IST)

Yoga liegt im Trend! Zum einen eröffnen in Deutschland immer mehr Yoga-Studios, zum anderen bieten auch Fitnessanlagen, Vereine und Volkshochschulen zunehmend Yoga-Kurse an. Immer mehr Menschen interessieren sich für fernöstliche Bewegungsformen und möchten die jahrtausende alte Bewegungsphilosophie des Yoga nutzen, um nicht nur körperlich fit zu bleiben, sondern auch einen mentalen Ausgleich zu finden. Doch momentan gibt es nicht genügend gut qualifizierte Yoga-Lehrer, um den großen Bedarf an Yoga-Kursangeboten zu decken.

Yoga fasziniert die Menschen, weil es Körper und Geist verbindet – Experten sagen voraus, dass Yoga sich als fester Bestandteil im Fitness- und Gesundheitssport etablieren wird! Nutzen Sie diese Entwicklung und werden Sie Yoga-Trainer! Die PowerYoga A-Lizenz basiert auf dem Vinyasa-Yoga-Konzept und eignet sich hervorragend für Fitness- und Group-Fitnesstrainer, die sich auf gesundheits- und fitnessorientiertes Yoga spezialisieren möchten.

Dauer	4 Monate
Kursbeginn	Januar, April, Juli und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Schulabschluss, Mindestalter 18 Jahre
Abschluss	A-Lizenz "PowerYoga (IST)"
Kursgebühr	195,- Euro monatlich, 780,- Euro gesamt

Die PowerYoga A-Lizenz besteht aus einem Studienheft und 3 zweitägigen Seminaren.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Grundlagen des Yoga – Vinyasa und Ashtanga Yoga
2. Monat	PS 1	Yoga Basics
3. Monat	PS 2	Vinyasa und Ashtanga I
4. Monat	PS 3	Vinyasa und Ashtanga II – Prüfung
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur + Lehrprobe Hinweis: Der Dozent prüft am Ende des Seminars durch eine praktische Übung, ob der Teilnehmer in der Lage ist, die im Seminar vermittelten Praxisinhalte umzusetzen bzw. anzuwenden.		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

5.8 ChoreografieProfessional A-Lizenz (IST)

Fast jedes moderne Fitness-Studio bietet im Rahmen seines Kursprogramms auch Aerobic- und Step-Aerobic-Kurse für Fortgeschrittene an. Viele ergänzen ihren Kursplan außerdem mit Dance-Aerobic-Kursen, in die z. B. lateinamerikanische Tanzelemente oder Hip-Hop eingebunden sind. Für die Group-Fitnesstrainer bedeutet das: Sie müssen über spezielle Kenntnisse zur Musiklehre und zum Choreografie-Aufbau verfügen, um den Teilnehmern mit professionell vorbereiteten und durchgeführten Stunden mitreißende Group-Fitness-Erlebnisse bereiten zu können. Die ChoreografieProfessional A-Lizenz (IST) vermittelt Ihnen sehr praxisorientiert die notwendigen Kenntnisse, die Sie benötigen, um Aerobic- und Step-Aerobic-Kurse in verschiedenen Schwierigkeitsgraden durchführen und Choreografien optimal aufbauen und umsetzen zu können. Außerdem erwerben Sie die Fähigkeit, mithilfe von Latino-, Hip-Hop- und Jazztanz-Elementen mitreißende Stunden zu gestalten, die Ihre Teilnehmer begeistern werden. In den Seminaren perfektionieren Sie außerdem Ihre Bewegungstechnik und analysieren Ihren Unterrichtsstil per Videoanalyse.

Dauer	2 Monate
Kursbeginn	April und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, GroupFitnessstraining B-Lizenz (oder vergleichbarer Abschluss); alternativ: Arbeitserfahrungen als Group-Fitnessstrainer
Abschluss	A-Lizenz „ChoreografieProfessional (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/390,-Euro gesamt

Die ChoreografieProfessional A-Lizenz (IST) besteht aus 2 zweitägigen Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	PS 1 (2 Tage)	Aerobic + Step Professional
2. Monat	PS 2 (2 Tage)	Dance-Mix + Prüfung
Prüfungstag: Lehrprobe		

PS = Praxis-Seminar

6. Die S-LIZENZEN im Detail

6.1 IndoorCycling S-Lizenz (IST/SCHWINN)

Das Thema „Indoor Cycling“ ist in der Öffentlichkeit aktuell und auf dem Fitnessmarkt stark nachgefragt und ist daher aus dem Angebot der Clubs und Fitness-Studios nicht mehr wegzudenken.

Indoor Cycling ist ein einfaches und hochwirksames Ausdauertraining in motivierender Gruppenatmosphäre, durch das die Teilnehmer aller Altersklassen und Fitnesslevels ihre persönlichen Ziele erreichen und die cardiovaskuläre Gesundheit verbessern.

Dauer	5 Monate
Kursbeginn	monatlich
Teilnahmevoraussetzungen	Schulabschluss, Mindestalter 18 Jahre
Abschluss	S-Lizenz IndoorCycling (IST) + SCHWINN® Bronze Level
Kursgebühr	165,- Euro monatlich/ 825,- Euro gesamt

Das IST bietet die IndoorCycling Lizenz in Kooperation mit der renommierten SCHWINN® Fitness Academy an. Durch 4 Studienhefte erwerben Sie wichtige trainingsrelevante Kenntnisse, am Anschluss absolvieren Sie 3 Seminare, in denen Sie alle Praxis-Fähigkeiten, die ein Indoor-Cycling-Trainer benötigt, erlernen. Zusätzlich zur IndoorCycling Lizenz erhalten Sie das SCHWINN® Cycling Bronze Level und die SCHWINN® Instructoren-Karte. Außerdem erwerben Sie mit dem Besuch der drei Seminare die Berechtigung, am Test für das SCHWINN® Cycling Silver Level teilzunehmen.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Anatomie
2. Monat	SH 2	Physiologie
3. Monat	SH 3	Trainingslehre + EA
4. Monat	SH 4	Praxiswissen Cardiotraining + EA
	PS 1 (2 Tage)	Schwinn-Certification Course + Prüfung
5. Monat	PS 2 (1 Tag)	Target Heart Rate
	PS 3 (1 Tag)	Class Design
Prüfung Seminar 1: Klausur		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar

6.2 Entspannungstraining S-Lizenz (IST)

Gezielte Entspannung durch erprobte Entspannungsverfahren zu erreichen, gehört mittlerweile in vielen Fitness- und Gesundheits-Studios zum Standardrepertoire. Auch im Rahmen von Wellnessanwendungen in Hotels und Kurbetrieben spielt der Aspekt der Entspannung eine zentrale Rolle – Trainer mit entsprechenden Kenntnissen sind hier gefragt.



Dieser dreimonatige Lizenzkurs vermittelt Ihnen Kenntnisse zur Wirkungsweise von Entspannungsmethoden und zeigt Anwendungsfelder des Entspannungs- und Konzentrationstrainings auf. Darüber hinaus erlernen Sie im Praxis-Seminar grundlegende Übungen verschiedener Entspannungsmethoden wie „autogenes Training“ und „progressive Muskelentspannung“ und üben den Aufbau und die Durchführung einer Kurseinheit „Entspannungstraining“.

Dauer	3 Monate
Kursbeginn	Januar und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss
Abschluss	S-Lizenz „Entspannungstraining (IST)“
Kursgebühr	205,- Euro monatlich/615,- Euro gesamt

Die Lizenz Entspannungstraining (IST) besteht aus 2 staatlich zugelassenen Studienheften und einem Praxis-Seminar, das im Großraum Düsseldorf stattfindet.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Psychologische Grundlagen
2. Monat	SH 2	Entspannungs- und Konzentrationsmethoden + EA
3. Monat	PS (3 Tage)	Entspannungstraining
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

6.3 KinderFitnessstraining S-Lizenz (IST)

Mangelnder Schulsport und zu wenig Bewegung im Alltag – hier sehen Viele die Gründe für die fehlende körperliche Fitness von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Nach der Kampagne „Sport tut Deutschland gut“, die der Deutsche Sportbund 2002 ins Leben gerufen hat, haben jetzt auch Fitness-Studios erkannt, dass die allgemeine Leistungsfähigkeit von Kindern durch eine bessere körperliche Fitness gesteigert werden kann. Trainer, die Sportangebote für Kinder spannend und motivierend vermitteln können, werden in Zukunft gefragt sein.



Diese Weiterbildung vermittelt Ihnen die notwendigen Kenntnisse, um Kinder zum Spaß an der Bewegung zu motivieren. Sie lernen zum einen, altersspezifisch auf die Kinder und Jugendlichen einzugehen, entsprechende Kursprogramme zu entwickeln und zum anderen, diese Programme auch zu vermarkten.

Dauer	6 Monate
Kursbeginn	April und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss, Abschluss als Sport- oder Gymnastiklehrer oder Ausbildung zum Physiotherapeuten oder anerkannte Fitnesstrainer-Ausbildung (z.B. Fitness B-Lizenz, GroupFitnessstraining B-Lizenz oder vergleichbare Abschlüsse); alternativ: Arbeitserfahrungen als Trainer auf der Fitnessfläche oder im Kursbereich oder Arbeitserfahrungen als Erzieher bzw. Lehrer
Abschluss	S-Lizenz „KinderFitnessstraining (IST)“
Kursgebühr	195,- Euro monatlich/1.170,- Euro gesamt

Die Lizenz Kinderfitnessstraining (IST) besteht aus 3 staatlich zugelassenen Studienheften und 3 Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Anatomie und Physiologie
2. Monat	SH 2	Sportliches Training mit Kindern
3. Monat	PS 1 (2 Tage)	Besonderheiten des Kinderfitnessstrainings
4. Monat	SH 3	Kinder- und Jugendtraining in der Praxis + EA
5. Monat	PS 2 (2 Tage)	Fitness- und Bewegungsprogramme für Kinder
6. Monat	PS 3 (2 Tage)	Planung und Vermarktung von Fitnessangeboten für Kinder + Prüfung
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		
Prüfungstag: Multiple-Choice-Klausur + Lehrprobe		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

6.4 Ernährungsberatung S-Lizenz (IST)

Fehlernährung und Übergewicht gehören in unserer Gesellschaft zu den Hauptrisikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Unter ganzheitlichen Gesichtspunkten sollten Fitnesstrainer nicht nur den Faktor Sport in ihr Fitness- und Kursprogramm einbeziehen. Sie sollten vielmehr in der Lage sein, ihren Kunden die Zusammenhänge von sportlichem Training, erprobten Entspannungsverfahren und gesunder Ernährung näherzubringen. Dazu gehört auch das Angebot einer professionellen Ernährungsberatung und -betreuung.



Sie erwerben Kenntnisse über die gesundheitsorientierte Zusammensetzung und Zubereitung der Nahrung und die Bedeutung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens. Sie lernen Grundlagen einer sportlergerechten Ernährung kennen und üben im Praxis-Seminar den Aufbau einer Ernährungsberatung im Einzel- und Gruppengespräch.

Dauer	3 Monate
Kursbeginn	Januar, April, Juli und Oktober
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss
Abschluss	S-Lizenz „Ernährungsberatung (IST)“
Kursgebühr	205,- Euro monatlich/615,- Euro gesamt

Die S-Lizenz Ernährungsberatung (IST) besteht aus 2 staatlich zugelassenen Studienheften und einem Praxis-Seminar, das im Großraum Düsseldorf stattfindet.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	SH 1	Ernährungskunde
2. Monat	SH 2	Ernährungsberatung + EA
3. Monat	PS (3 Tage)	Ernährungsbetreuung
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

6.5 Team- and Salesmanagement S-Lizenz (IST)

Wer sich in allen Arbeitsbereichen eines Fitness-Studios auskennt, macht sich zur unverzichtbaren Allroundkraft. Dafür ist es wichtig, neben einer Trainertätigkeit auch im organisatorischen Bereich und im Service und Verkauf „fit“ zu sein. Denn für den reibungslosen Ablauf aller Leistungen eines Fitness-Studios bedarf es einer professionellen Organisation – von der Planung und Terminierung der Kursangebote bis hin zur Arbeitseinteilung der Mitarbeiter. Zuverlässigkeit und vorbildlicher Service sind für die Zufriedenheit der Kunden unerlässlich. Freundliches, sicheres und kompetentes Auftreten des Personals sind in jeglicher Hinsicht notwendig: bei der Gewinnung von Neukunden, der Beratung von Mitgliedern oder beim Beschwerdemanagement. Sie erreichen durch dieses Zusatzwissen eine umfassende Qualifikation für eine führende Tätigkeit oder eine Bereichsleitung in einem Fitness-Studio!

In dem dreimonatigen Lizenzkurs Team- und Salesmanagement (IST) können Sie als Trainerin oder Trainer Ihr Wissen über den „sportlichen“ Bereich hinaus erweitern. Sie erlernen zusätzliches Know-how in den Bereichen Kundenkommunikation und Organisation – beginnend bei der Planung und Abwicklung von Teamsitzungen und Arbeitsplänen über Konfliktvermeidung und Motivation bis zum Verkaufs- und Informationsgespräch.

Dauer	3 Monate
Kursbeginn	März und September
Teilnahmevoraussetzungen	Mindestalter 18 Jahre, Schulabschluss
Abschluss	S-Lizenz „Team- and Salesmanagement (IST)“
Kursgebühr	205,- Euro monatlich/615,- Euro gesamt

Die Lizenz Team- and Salesmanagement (IST) besteht aus einem Studienheft und 2 Praxis-Seminaren, die im Großraum Düsseldorf stattfinden.

Studienverlauf	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	PS1 (2 Tage)	Team- und Organisationsmanagement in Fitnessanlagen
2. Monat	SH	Kommunikation und Kundenorientierung + EA
3. Monat	PS2 (2 Tage)	Service- und Salesmanagement in der Fitnessbranche
Prüfungsleistungen: 1 Einsendearbeit		

SH = Studienheft/PS = Praxis-Seminar/EA = Einsendearbeit

Sport und Management

IHK-Fachwirt

Sportfachwirt (IHK)

Handelsfachwirt (IHK) Schwerpunkt Sporthandel (IST)

IST-Diplome

Sportmanagement (IST)

Sportmarketing (IST)

SportPR-Referent (IST)

Sportjournalismus (IST)

Fußballmanagement (IST)

Golfbetriebsmanagement (IST/GMVD)

IST-Zertifikate

Kaufmännische Grundlagen im Sport

Sportkommerzialisierung und Sportevents

Grundlagen des Sportvereinsmanagements

Grundlagen des Sportanlagenmanagements

Tennismanagement

Sportsponsoring

Sporthandel

Tourismus und Gastgewerbe

IHK-Fachwirte

Tourismusfachwirt (IHK)

Fachwirt im Gastgewerbe (IHK)

IST-Diplome

Hotelbetriebswirt (IST)

Tourismusmanagement (IST)

Tourismusmarketing (IST)

Sporttourismus-Management (IST)

Tourismus- und Sportmanagement (IST)

IST-Zertifikate

Grundlagen der Tourismuswirtschaft

Amadeus-Zertifikat

CRS in der Touristikbranche

Fitness, Wellness und Gesundheit

IHK-Fachwirt

Fitnessfachwirt (IHK)

IST-Diplome Fitness- und Wellnessmanagement

Fitnessmanagement (IST)

Wellness- und Spamanagement (IST)

IST-Diplome Fitness- und Wellnesstraining

Sport- und Fitnesstraining (IST)

GroupFitnesstraining (IST)

Wellnesstraining (IST)

BestAging Training (IST)

IST-Trainingslizenzen

Fitnesstraining B-Lizenz (IST)

GroupFitnesstraining B-Lizenz (IST)

PersonalTraining A-Lizenz (IST/Gluckerkolleg)

Rückenttraining A-Lizenz (IST)

Nordic Walking A-Lizenz (IST)

Fitness so plus A-Lizenz (IST)

GewichtsCoaching A-Lizenz (IST)

Pilates A-Lizenz (IST)

PowerYoga A-Lizenz (IST)

ChoreografieProfessional A-Lizenz (IST)

IndoorCycling S-Lizenz (IST)

Entspannungstraining S-Lizenz (IST)

KinderFitnesstraining S-Lizenz (IST)

Ernährungsberatung S-Lizenz (IST)

Team- und Salesmanagement S-Lizenz (IST)

Betriebliche Ausbildung

Sport- und Gesundheitstrainer (IST)/

Sport- und Fitnesskaufmann (IHK)

IST-Jobbörse: www.joborama.de

Unsere Partner



ROBINSON®



SPORT & MARKT AG
COMMUNICATIONS RESEARCH

WELLNESSFINDER.com
WELLNESSHOTELS.com
Die Intelligenten Portale für
Wellness, Beauty, Health & Fitness

SPONSORS



POLAR®
LISTEN TO YOUR BODY



03/2007

Bildung,
die bewegt



IST-Studieninstitut

Moskauer Straße 25

D-40227 Düsseldorf

Tel. +49(0)211/8 66 68-0

Fax +49(0)211/8 66 68-30

info@ist.de • www.ist.de