



Wellness Interaktiv

Checkliste Ausbildung Wellnesstrainer/in

Persönliche Kompetenzen

1. Soziale Kompetenz (Persönlichkeit, Fähigkeit mit Menschen lehrend und beratend umzugehen)
2. Kooperationsbereitschaft- und Fähigkeit
3. Menschenkenntnis
4. Betreuungsfähigkeit
5. Motivationsfähigkeit
6. Kommunikative Kompetenz (Kontaktfähigkeit, Ausdrucksfähigkeit, Auftreten)

Fachliche Kompetenzen

1. Anatomie
2. Anamnese, Test, Diagnostik
3. Trainingsplanung und Trainingsgestaltung (z.B. Nordic Walking)
4. Ernährungsbetreuung (z.B. Gewichtsreduktion)
5. Entspannung, Stressbewältigung
6. Beratung, Gespräch, Vorträge
7. Produkt- und Materialkenntnisse (z.B. Trainings- und Messgeräte, Kosmetik etc.)

von Andrea Kaltenbach

Profil bei Wellness Interaktiv unter www.wellnessinteraktiv.de/marktplatz/experten