



## Lehrgang Zert. Bodybuilding Trainer

www.flexyfitacademy.com  
Hotline: +43 1 997 27 38  
info@flexyfitacademy.com

„Flexyfit® - flexibles Lernen, fit für  
die Zukunft.“



WhatsApp®  
Scannen Sie den QR-Code mit Ihrem  
Smartphone und abonnieren Sie unseren  
„Flexyfit® Kanal“

### Förderungen der Ausbildungen:

Aufgrund des gesamten Ausbildungsumfanges ist der Lehrgang für eine Förderung geeignet. Für eine detaillierte Beratung und die Erstellung eines Kostenvoranschlags für Ihre Förderstelle stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Bitte zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Hotline: +43 1 997 27 38  
info@flexyfitacademy.com





## Präsenzkurs Factsheet

### Lehrgang

# Zert. Bodybuilding Trainer

**Kurstyp:** Kombiniertes Lehrgang | Online live Webinar, Wochenendkurs

**Kursort:** Innsbruck

**Kursstart:** Sofort starten mit: Einführung ins Bodybuilding (online)  
Präsenzphase: 05. September 2026 - 13. September 2026

**Module:** Modul 1 | Einführung ins Bodybuilding  
Modul 2 | Coaching & Technik im Bodybuilding

**Kosten:** € 1.690,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.

Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:  
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 218,-)

**Umfang:** 167 Einheiten

EL - eLearning | Selbststudium | 30 EL

PL - Präsenz | Selbststudium | 72 PL

RE - Literaturrecherche | 15 RE

TE - Praktische Umsetzung | 30 TE

AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 20 AE





## Präsenzkurs Module

### Lehrgang

# Zert. Bodybuilding Trainer

#### Modul I Einführung ins Bodybuilding

**Kurstyp:** eLearning, optional Präsenz (Online Webinare)

**Zeitraum:** beliebig

**Unterrichtsfächer**

- Ernährung & Supplementierung für Muskelaufbau
- Muskelphysiologie & Anatomie im Kraftsport
- Regeneration, Hormone & Schlaf
- Trainerrolle & Einführung ins Bodybuilding
- Trainingswissenschaft & Periodisierung im Bodybuil...

#### Modul II Coaching & Technik im Bodybuilding

**Kurstyp:** Wochenendkurs (Sa. und So. 09:00-18:00 Uhr)

**Schulungsort:** Innsbruck

**Zeitraum:** 05. September 2026 - 13. September 2026

**Unterrichtsfächer**

- Coachingskills & Kundenbetreuung (6 UE)
- Technik-Coaching & Übungsausführung (6 UE)
- Trainingsplanung & Individualisierung (6 UE)
- Wettkampfvorbereitung & Posing-Basics (6 UE)





## Präsenzkurs Kursorganisation

### Lehrgang

# Zert. Bodybuilding Trainer



Melanie Brandstätter, Bakk.

Prokuristin - Leiterin der Flexyfit Academy  
+43 1 997 27 38-102  
brandstaetter@flexyfitacademy.com



Sarah Laci, MSc.

in Karenz  
+43 1 997 27 38-107  
laci@flexyfitacademy.com

### Wichtige Links

[Unser Leitbild \(bdf\) »](#)

[BK Basiskompetenz \(pdf\) »](#)

[Förderinformationen »](#)

[Unsere Zertifizierungen »](#)

