Kursnummer: LC525-we-12b
PRÄSENZ LEHRGANG

Lehrgang

Dipl. Health Fitness & Personal 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

Alle Entgelte verstehen sich nach § 6 Abs (1) Z 11 lit a UStG - netto

Kursnummer: LC525-we-12b
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Dipl. Health Fitness & Personal Trainer

Kurstyp: Kombinierter Lehrgang | Online live Webinar, Wochenendkurs

Kursort: Graz

Kursstart: Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 13. Dezember 2025 - 22. März 2026

Module: Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Dipl. FitnesstrainerIn
Modul 3 | Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn

Kosten: € 2.640,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.
Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 204,-)

Umfang: 832 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK
PL - Präsenz | Selbstsstudium | 507 PL
RE - Literaturrecherche | 18 RE
TE - Praktische Umsetzung | 90 TE
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 17 AE

Kursnummer: LC525-we-12b
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Health Fitness & Personal Trainer

Modul I Sportkompetenz

Kurstyp: eLearning, optional Präsenz (Online Webinare)

Zeitraum: beliebig

Unterrichtsfächer

Anatomie
Ernährung
Erste Hilfe & Sportverletzung
Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung
Kundenorientiertes Arbeiten
Physiologie
Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation
Trainingslehre

Modul II Dipl. FitnesstrainerIn

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

Schulungsort: Graz

Zeitraum: 13. Dezember 2025 - 21. Dezember 2025

Unterrichtsfächer

Ausdauertraining in der Praxis (4 UE)
Einführung in das Sensomotorische Training (4 UE)
Freies Krafttraining 1 (4 UE)
funktionelle Kraftübungen (4 UE)
Geräteunterstütztes Krafttraining (8 UE)
Grundlegende Ganzkörperübungen (4 UE)
Trainingsplanung für Fitnesstrainer (4 UE)

Kursnummer: LC525-we-12b
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Health Fitness & Personal Trainer

Modul III	Dipl. Health Fitness Personal TrainerIn

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

Schulungsort: Graz

Zeitraum: 14. März 2026 - 22. März 2026

Unterrichtsfächer

Differenziertes Krafttraining - Wirbelsäule/ Schul... (8 UE)
Freies Krafttraining 2 (4 UE)
Functional Training (4 UE)
Funktionelles Aufwärmen (4 UE)
HIT High Intensity Training (4 UE)
One2One Training (4 UE)
Training mit spez. Fitnessgeräten (4 UE)

Kursnummer: LC525-we-12b
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

Dipl. Health Fitness & Personal Trainer

Melanie Brandstätter, Bakk.

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

Sarah Laci, MSc.

Referentin, Ausbildungsberatung
+43 1 997 27 38-107
laci@flexyfitacademy.com

Wichtige Links

Unser Leitbild (bdf) »

BK Basiskompetenz (pdf) »

Förderinformationen »

Unsere Zertifizierungen »