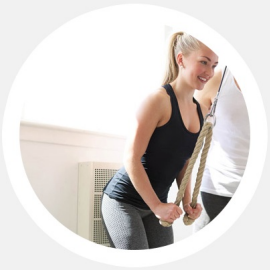
Kursnummer: LD526-HK-11a
PRÄSENZ LEHRGANG



Lehrgang

Dipl. Professional 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: LD526-HK-11a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Dipl. Professional Health Fitness & Personal Trainer

Kurstyp: Kombinierter Lehrgang | Online live Webinar, Halbtages Wochenendkurs

Kursort: Wien

Kursstart: Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 12. Dezember 2026 - 30. Mai 2027

Module:
Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Vertiefung Fitness Training
Modul 3 | Spezialisierung Personal Training
Modul 4 | Professional Personal Training

Kosten: € 3.690,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.
Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 206,-)

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: LD526-HK-11a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Professional 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 — Vertiefung Fitness Training

Kurstyp: Halbtages Wochenendkurs (Sa. & So. von 10:00 - 14:00 Uhr)

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 12. Dezember 2026 - 17. Januar 2027

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)

flexyfitacademy
flexyfitacademy.com

Kursnummer: LD526-HK-11a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Professional Health Fitness & Personal Trainer

Modul III Spezialisierung Personal Training

Kurstyp: Halbtages Wochenendkurs (Sa. & So. von 10:00 - 14:00 Uhr)

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 20. März 2027 - 18. April 2027

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)

Modul IV Professional Personal Training

Kurstyp: Halbtages Wochenendkurs (Sa. & So. von 10:00 - 14:00 Uhr)

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 24. April 2027 - 30. Mai 2027

Unterrichtsfächer

Bewegungslehre und Biomechanik (6 UE)
Business Selbstmanagement (6 UE)
Dif. Krafttraining/Beinachsentraining (6 UE)
Gewichtsreduktion und Management (6 UE)
Kreative Trainingskonzepte (8 UE)
Kritische Betrachtung von Fitnesstrends (4 UE)
Plyometrisches Training (8 UE)
Spezielle Zielgruppen (6 UE)

Kursnummer: LD526-HK-11a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

Dipl. Professional Health Fitness & Personal 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 »