



## Lehrgang Dipl. Aerobic 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

# Dipl. Aerobic Trainer

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

**Kursort:** Innsbruck

**Kursstart:** Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)  
Präsenzphase: 11. Juli 2026 - 19. Juli 2026

**Module:** Modul 1 | Sportkompetenz  
Modul 2 | Aerobic Praxis & Kursmethodik

**Kosten:** € 1.690,-

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

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

**Umfang:** 552 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK  
PL - Präsenz | Selbststudium | 312 PL  
RE - Literaturrecherche | 6 RE  
TE - Praktische Umsetzung | 30 TE  
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 4 AE





## Präsenzkurs Module

### Lehrgang

# Dipl. Aerobic 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 Aerobic Praxis & Kursmethodik

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

**Schulungsort:** Innsbruck

**Zeitraum:** 11. Juli 2026 - 19. Juli 2026

**Unterrichtsfächer**

- Cueings verbal/nonverbal (4 UE)
- Grundlagen und Regeln (Sicherheitsrichtlinien) (4 UE)
- Grundschnitte im Aerobic (4 UE)
- Haltung, Technik, Dynamik (4 UE)
- Musiklehre und Einsatz der Musik (4 UE)
- Sportpsychologie Motivation (erfolgreiches Unterri... (4 UE)
- Stundenaufbau (Didaktik und Pädagogik) (8 UE)
- Stundenbilder - Lehrauftritte (4 UE)
- Techniktraining (8 UE)
- Training mit Kleingeräten (4 UE)





## Präsenzkurs Kursorganisation

### Lehrgang

# Dipl. Aerobic 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 »](#)

