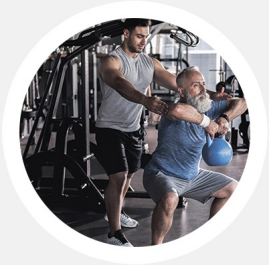
Kursnummer: LSEN426-HW-10f
PRÄSENZ LEHRGANG



Lehrgang

# Dipl. Seniorentrainer

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: LSEN426-HW-10f
PRÄSENZ LEHRGANG

## Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

# Dipl. Seniorentrainer

**Kurstyp:** Kombinierter Lehrgang | Online live Webinar, Halbtages-Wochenkurs

**Kursort:** Innsbruck

**Kursstart:** Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 26. April 2027 - 03. Juni 2027

**Module:** Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Mobilität & Training im Alter

**Kosten:** € 2.590,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.
Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 199,-)

**Umfang:** 200 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK

Kursnummer: LSEN426-HW-10f
PRÄSENZ LEHRGANG

## Präsenzkurs Module

Lehrgang

# Dipl. Seniorentrainer

| **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** | Mobilität & Training im Alter |
|---|---|

**Kurstyp:** Halbtages-Wochenkurs (Mo.-Do. von 10:00 - 14:00 Uhr)

**Schulungsort:** Innsbruck

**Zeitraum:** 26. April 2027 - 03. Juni 2027

**Unterrichtsfächer**

Ausdauertraining in der Praxis (SEN) (4 UE)
Beweglichkeitstraining und Mobilität (SEN) (4 UE)
Ernährung im Alter (SEN) (4 UE)
Funktionelle Bewegungsanalyse (4 UE)
Gesundheitliche Vorteile des Trainings (SEN) (4 UE)
Integriertes Core Training (6 UE)
Integriertes Krafttraining (SEN) (11 UE)
Koordinationstraining (SEN) (4 UE)
Spezielle Physiologie und Pathologie (SEN) (8 UE)
Sturzprophylaxe und Krankheitsbilder (SEN) (4 UE)
Trainingslehre speziell Seniorentraining (SEN) (4 UE)

Kursnummer: LSEN426-HW-10f
PRÄSENZ LEHRGANG

## Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

# Dipl. Seniorentrainer

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 »