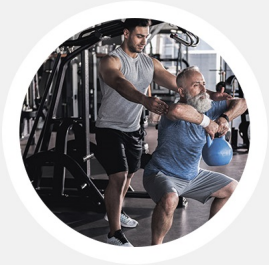
Kursnummer: LSEN426-we-11f
PRÄSENZ LEHRGANG



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-we-11f
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Dipl. Seniorentrainer

Kurstyp: Kombinierter Lehrgang | Online live Webinar, Wochenendkurs

Kursort: Innsbruck

Kursstart: Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 29. Mai 2027 - 20. 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

flexyfitacademy
flexyfitacademy.com

Kursnummer: LSEN426-we-11f
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: Wochenendkurs (Sa. und So. 09:00-18:00 Uhr)

Schulungsort: Innsbruck

Zeitraum: 29. Mai 2027 - 20. 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-we-11f
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 »