



## Lehrgang Dipl. Wirbelsäulentrainer

[www.flexyfitacademy.com](http://www.flexyfitacademy.com)  
Hotline: +43 1 997 27 38  
[info@flexyfitacademy.com](mailto: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](mailto:info@flexyfitacademy.com)

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





## Präsenzkurs Factsheet

### Lehrgang

# Dipl. Wirbelsäulentrainer

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

**Kursort:** Innsbruck

**Kursstart:** Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)  
Präsenzphase: 07. September 2026 - 01. Oktober 2026

**Module:** Modul 1 | Sportkompetenz  
Modul 2 | Funktionelles Wirbelsäulentraining

**Kosten:** € 2.390,-

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

Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:  
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 179,-)

**Umfang:** 551 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK  
PL - Präsenz | Selbststudium | 313 PL  
RE - Literaturrecherche | 6 RE  
TE - Praktische Umsetzung | 30 TE  
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 2 AE





## Präsenzkurs Module

### Lehrgang

# Dipl. Wirbelsäulentrainer

#### 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 Funktionelles Wirbelsäulentraining

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

**Schulungsort:** Innsbruck

**Zeitraum:** 07. September 2026 - 01. Oktober 2026

**Unterrichtsfächer**

- Beinachsenstabilität (4 UE)
- Funktionelle Bewegungsanalyse des Bewegungsapparat... (4 UE)
- Geräteunterstütztes Krafttraining speziell Rumpfmus... (4 UE)
- Grundlagen zum Thema „Starker Rücken – Rückenschme... (8 UE)
- Konzeption und Durchführung einer Rückenstunde (8 UE)
- Körperwahrnehmung und Körpererfahrung (4 UE)
- Sensomotorisches Training (4 UE)
- Sturzprophylaxe (4 UE)
- Verbesserung der Kraftfähigkeit des Rumpfes (12 UE)
- Verbesserung der Rumpfbeweglichkeit (4 UE)





## Präsenzkurs Kursorganisation

### Lehrgang

# Dipl. Wirbelsäulentrainer



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 »](#)

