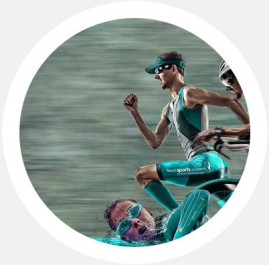
Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG



Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

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: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

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

Kursort: Wien

Kursstart: Sofort starten mit: Sportkompetenz (online)
Präsenzphase: 06. Oktober 2025 - 26. März 2026

Module:
Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Dipl. SchwimmtrainerIn
Modul 3 | Dipl. TriathlontrainerIn
Modul 4 | Dipl. LauftrainerIn

Kosten: € 3.990,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.
Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 226,-)

Umfang: 1228 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK
PL - Präsenz | Selbstsstudium | 912 PL
RE - Literaturrecherche | 18 RE
TE - Praktische Umsetzung | 90 TE
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 8 AE

Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

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

Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

Modul II	Dipl. SchwimmtrainerIn

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

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 06. Oktober 2025 - 23. Oktober 2025

Unterrichtsfächer

Anfängertraining Praxis (2 UE)
Bewegungslehre (4 UE)
Brust Technik Praxis (2 UE)
Delphin Technik Praxis (2 UE)
Kraule-Freistil Technik Praxis (2 UE)
Lehrauftritt der TeilnehmerInnen Praxis (4 UE)
Praktische Übungen im Wasser Praxis (2 UE)
Rücken Technik Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 1 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 2 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 3 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 4 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 5 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 6 SWC Praxis (2 UE)
Schwimmtraining 7 SWC Praxis (2 UE)
Spezifisches Krafttraining und Mobilisation (2 UE)
Stundengestaltung und Methodik (2 UE)
Trainingslehre (2 UE)
Videoanalysen der versch. Techniken (8 UE)

Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

Modul III	Dipl. TriathlontrainerIn

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

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 03. November 2025 - 13. November 2025

Unterrichtsfächer

Aufbau und Training Wechselzonen (2 UE)
Grundlagentraining (4 UE)
Intervalltraining (2 UE)
Koppeltraining (2 UE)
Krafttraining für Triathleten (2 UE)
Materialkunde (2 UE)
Mentaltraining (2 UE)
Open Water (8 UE)
Regelkunde im Triathlon (2 UE)
Sitzposition am Rad (2 UE)
Spezielle Trainingsplanung (4 UE)
Taktik, Renneinteilung und Verpflegung (2 UE)
Techniktraining Radfahren (4 UE)
Triathlonsport und die Trainingsmethoden (2 UE)

Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

Modul IV	Dipl. LauftrainerIn

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

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 09. März 2026 - 26. März 2026

Unterrichtsfächer

Einführung: Grundlagen des Laufens (4 UE)
Ernährung für Läufer (4 UE)
Laufgruppen und Coaching-Praxis (4 UE)
Lauftechnik und Bewegungsschulung (8 UE)
Mentale Stärke und Motivation (4 UE)
Trainingsplanung und -gestaltung (6 UE)
Verletzungsprävention und Erholung (LCA) (4 UE)
Vorbereitung auf den Wettkampf (LCA) (4 UE)

Kursnummer: LTRI325-HW-9a-1
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

Dipl. Triathlontrainer

Melanie Brandstätter, Bakk.

Prokuristin - Leiterin der Flexyfit Academy
+43 1 997 27 38-102
brandstaetter@flexyfitacademy.com

Sarah Bachkönig, MSc.

Referentin, Ausbildungsberatung
+43 1 997 27 38-107
bachkoenig@flexyfitacademy.com

Wichtige Links

Unser Leitbild (bdf) »

BK Basiskompetenz (pdf) »

Förderinformationen »

Unsere Zertifizierungen »