Kursnummer: LWHC27-we-1a
PRÄSENZ LEHRGANG



Lehrgang

Zert. Zyklusbasierter Female Health Coach

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: LWHC27-we-1a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Zert. Zyklusbasierter Female Health Coach

Kurstyp: Kombinierter Lehrgang | Online live Webinar, Wochenendkurs

Kursort: Wien

Kursstart: Sofort starten mit: Zykluswissen, Hormone & Trainingsgrundlagen (online)
Präsenzphase: 13. Februar 2027 - 28. Februar 2027

Module:
Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Zykluswissen, Hormone & Trainingsgrundlagen
Modul 3 | Trainingsplanung & Anwendung in der Frauengesundheit

Kosten: € 1.690,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.
Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 218,-)

Umfang: 462 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK
EL - eLearning | Selbststudium | 120 EL
PL - Präsenz | Selbstsstudium | 82 PL
RE - Literaturrecherche | 15 RE
TE - Praktische Umsetzung | 30 TE
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 15 AE

Kursnummer: LWHC27-we-1a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Zert. Zyklusbasierter Female Health Coach

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	Zykluswissen, Hormone & Trainingsgrundlagen

Kurstyp: eLearning, optional Präsenz (Online Webinare)

Zeitraum: beliebig

Unterrichtsfächer

Anatomie & Hormonsystem der Frau
Einführung & Ziele der Ausbildung
Ganzheitlicher Blick auf Frauengesundheit
Zyklusbasiertes Training – Theorie
Zyklusdokumentation & Zyklusstörungen
Zyklusgerechte Ernährung – Grundlagen

Kursnummer: LWHC27-we-1a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Module

Lehrgang

Zert. Zyklusbasierter Female Health Coach

Modul III	Trainingsplanung & Anwendung in der Frauengesundheit

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

Schulungsort: Wien

Zeitraum: 13. Februar 2027 - 28. Februar 2027

Unterrichtsfächer

Coachingskills & Gesprächsführung mit Frauen (6 UE)
Praxisübungen zu zyklusbasiertem Training (6 UE)
Trainings- & Coachingpläne individuell entwickeln (8 UE)
Zyklusgerechte Ernährung praktisch anwenden (4 UE)

Kursnummer: LWHC27-we-1a
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

Zert. Zyklusbasierter Female Health Coach



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 »