

B-Lizenz Ausbildung 2017

Kurstrainer im TV Vital

Die B-Lizenz ist der umfassende, grundlegende Einstieg in den Bereich Gruppenfitness wie z.B. Aerobic, Step, Dance aber auch Workout wie Bauch Beine Po oder Cardiotraining sowie BodyMind Programme wie Pilates. Theoretische und praktische Grundkenntnisse, die in allen weiteren Aus- und Fortbildung zum Basiswissen zählen, werden hier detailliert erarbeitet.

In der Theorie bildet den Schwerpunkt der B-Lizenz die Musiklehre, Didaktik, das Verständnis für verschiedenen Stundenaufbau sowie Anatomie- und Bewegungslehre. Nur der Trainer, der auf diesem Gebiet fundierte Kenntnisse aufzuweisen hat, kann dem immer größer werdenden Anspruch der Kunden gerecht werden, auf einzelne Bedürfnisse eingehen und qualifiziert betreuen. Letztendlich zeichnet sich ein guter Trainer durch Kompetenz in der Theorie aus.

Unverzichtbare Voraussetzung für jeden, der Step, Aerobic sowie diverse Workout Stunden verstehen und unterrichten will. Freddy vermittelt in seiner sehr strukturierten Art die grundlegenden Methoden und Techniken zum sinnvollen Aufbau einer Choreographie sowie den Ablauf einer Workoutstunde. Mittels praktischer Beispiele werden die positiven und negativen Grundschritte sowie verschiedene Aufbauarten erklärt. Es folgt der Einstieg in das Unterrichten sowie die Analyse der verschiedenen Aufbaumethoden. Eine Vielzahl von Übungen geben Gelegenheit selbst zu unterrichten und die Technik der generellen Arbeit mit Step sowie anderen Tools und zu vertiefen.

Im Rahmen der B-Lizenz Ausbildung werden folgende Grundkenntnisse vermittelt:

- Anforderung und Aufgaben des Trainers
 - Grundschritte in den Bereichen Step, Aerobic und Workout
 - Trainings und Musiklehre
 - Aufbautechniken einer Stunde
 - Sicherheitsregeln
 - Motivation
 - Marketing
 - Steuerliches, Versicherung und Gewerbe
 - Grundlagen in den Bereichen: Step, Aerobic, Dance, Body & Mind ¾, Bodystyling, Pilates.....

Darüber hinaus festigen wir das Erlernete durch gezielte und umfangreiche Praxisübungen und geben Tipps für praxisorientiertes Unterrichten. Hierfür werden kleine Gruppen gebildet, was ein Höchstmaß an individueller Förderung, Korrektur und Anregung erlaubt. Der Einsatz von aus Erfahrungen und fortlaufender Praxis stellt eine optimale Betreuung insbes. bei den Praxisübungen sicher. So können bereits kleinste Unzulänglichkeiten einzelner Teilnehmer erkannt und sofort verbessert bzw. beseitigt werden.

Mit einer bestandenen B-Lizenz Prüfung ist man befähigt, Aerobic-, Fatburner-, Easy Dance- und Bodyworkout-Stunden zu unterrichten. Die Basis für eine Step-Ausbildung ist gelegt, ebenso für weitergehende spezielle Ausbildungen.

Die Prüfung besteht aus:

- einem schriftlichen Theorieteil (Fragenkatalog, Antworten nach dem Multiple Choice System)
- einem mündlichen Theorieteil (Fragen zu Skript)
- eine praktische Prüfung im Choreographie Aufbau (zu einem vorgegebenen Thema welches im letzten Ausbildungsblock zugeteilt und als Hausarbeit bis zur Prüfung vorbereitet werden kann).

Die Ausbildung erfolgt in vier Blöcken an Wochenenden. Um zu gewährleisten, dass keiner der Termine verpasst wird, werden die Folgetermine in der Gruppe gemeinsam vereinbart.

Die Kosten belaufen sich inklusive Prüfung auf 630.- Euro zzgl. MwSt.

Es werden maximal 12 Teilnehmer zugelassen, um die bestmögliche Qualität an Wissen zu gewährleisten.

Die Ausbildung wird ausschließlich von mir selbst, und durch Unterstützung meiner bisherigen Absolventen durchgeführt.

Meine Qualifikationen aus denen Ihr profitiert im Überblick:

Mastertrainer A Lizenz Step
Mastertrainer A Lizenz Dance Aerobic
Pilates Trainer
Hot Muscle Trainer
Sensitive Cycling Trainer (Tomahawk)
B Lizenz Step Trainer
B- Lizenz Aerobic Trainer
Ausgebildeter und geprüfter Personal Fitness Trainer
Sport Physio Taping Anwender
Power Plate Master Trainer

Jedem Teilnehmer wird es ermöglicht, an meinen Kursen, die ich noch aktiv betreibe, teilzunehmen.

Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellsten Stand der Branche.

Anmeldung unter : Freddy@erdenkaeufer-pesonal-fitness.de

Kontakt über die Email oder unter 0160/97061345

