

# Sport- und Ernährungscoach (dual)

Europäische Fachhochschule Rhein/Erft (EUFH), Studienort Rheine  
Bachelor of Science



## Profil

### Hilf Menschen, gesund zu bleiben!

In unserer modernen Gesellschaft ist es für Jung wie Alt oftmals enorm schwierig, einen gesunden Lebensstil zu führen. Häufig fehlt die Zeit sich – neben Beruf und Familie – selbst mit dem Thema Ernährung und Sport auseinanderzusetzen. **Dabei ist vielen bereits klar: Wer fit ist, fühlt sich wohler und lebt gesünder!**

In dem Studiengang lernst du, wie **anatomische und humanbiologische Vorgänge im Körper zusammenspielen**. Als Coach ist es dein Ziel, diese **mit sportmedizinischen Maßnahmen positiv zu beeinflussen**. Nur wenn du tief greifendes Know-how über die Abläufe im Körper und die Funktionen des Bewegungsapparats hast, kannst du deinen Klienten wirklich helfen.

#### Kurzfakten

**Regelstudienzeit:** 6 Semester | 180 CP

**Semesterbeginn:** Wintersemester (1. Oktober)

**Studienstandorte:** Berlin, Köln, Rheine, Rostock

**Studienmodell:** 2plus3

**Präsenzzeiten:**

1. Studienjahr: 3 Tage Hochschullehre (in Präsenz & Live-Online-Veranstaltungen) + 2 Tage im Unternehmen /

Ab dem 2. Studienjahr: 2 Tage Hochschullehre (in Präsenz & Live-Online-Veranstaltungen) + 3 Tage im Unternehmen

**Gebühren:** 495 € / Monat

**Prüfungsgebühren:** 450 € / einmalig

**Einschreibgebühr:** 250 € / einmalig

**Zugangsvoraussetzung:**

Abitur, Fachhochschulreife oder abgeschlossene Berufsausbildung mit drei Jahren Berufserfahrung

[Infomaterial hier anfordern >](#)



EUROPÄISCHE  
FACHHOCHSCHULE

#### Kontakt

##### Studienberatung

Svenja Gaanderse  
+49 (0)5971 40536-42  
[studienberatung-  
gesundheit@eufh.de](mailto:studienberatung-gesundheit@eufh.de)

[Zur Webseite >](#)

## Ablauf

### Studienmodell

Das **2plus3 Modell** setzt sich zusammen aus **Hochschullehre am Campus, Unternehmensphasen sowie Live-Online-Veranstaltungen (LOV)**. In den ersten zwei Semestern absolvierst du drei Tage Hochschullehre und verbringst zwei Tage im Unternehmen. Dort und in den Hands-On-Zonen an deinem Campus erwirbst du wertvolle berufliche sowie fachliche Fähigkeiten und Kompetenzen. Ab dem 3. Semester verläuft es genau umgekehrt: zwei Tage Hochschullehre und drei Tage im Unternehmen. Theoretische Inhalte finden während deines Studiums auch in Form von Live-Online-Veranstaltungen (LOV) statt.

- Die **Praxisanteile** sind direkt ins Studium **integriert**.
- Das Erlernete kannst du direkt in die Praxis umsetzen: zum einen **am Campus in den Hands-On-Zonen sowie in der internen Lehrpraxis, zum anderen im Unternehmen oder einer Einrichtung**.
- Dein Studium vermittelt dir genau die beruflichen und **fachlichen Kompetenzen, die du in**

**deinem späteren Beruf brauchst.**

- Du lernst zusammen mit deinen Kommiliton:innen und stehst im permanenten, interdisziplinären Austausch mit deinem Lehrteam.
- Du professionalisierst deine Digitalkompetenz.

## Inhalte

### Studieninhalte

In dem Studiengang bereiten wir dich optimal auf deinen späteren Beruf vor. Das heißt, **in den theoretischen Phasen** erfährst du alles, was du über die **Anatomie, die sportmedizinischen Grundlagen sowie die Ernährung von Menschen** wissen musst.

#### 1. Studienjahr

In den ersten Semestern lernst Du z. B. die Funktionsweisen des Hormon-, Organ- und Immunsystems kennen. Du beschäftigst Dich mit dem menschlichen Bewegungsapparat, analysierst Gangarten und erschließt Dir wichtige biochemische/-mechanische Prozesse des Körpers.

#### 2. Studienjahr

In höheren Semestern beschäftigst du dich mit Ernährungslehre und Lebensmittelkunde, Sportverletzungen und besuchst Vorlesungen über Digital Health. Außerdem erwirbst du wichtige Lizenzen für deinen weiteren Berufsweg. So ist die Übungsleiter-C-Lizenz deine Grundlage für alle weiteren Lizenzen. Studiumsrelevant ist zudem die Übungsleiter-B-Lizenz. Mit dieser darfst du Präventionssportangebote anleiten, also Kurse, die unter anderem von Krankenkassen gefördert werden.

#### 3. Studienjahr

In höheren Semestern beschäftigst du dich mit Ernährungslehre und Lebensmittelkunde, Sportverletzungen und besuchst Vorlesungen über Digital Health. Außerdem erwirbst du wichtige Lizenzen für deinen weiteren Berufsweg. So ist die Übungsleiter-C-Lizenz deine Grundlage für alle weiteren Lizenzen. Studiumsrelevant ist zudem die Übungsleiter-B-Lizenz. Mit dieser darfst du Präventionssportangebote anleiten.

## Perspektiven

### Berufsperspektiven

Digitalisierung, sitzende Tätigkeiten, Junkfood – viele Gründe führen dazu, dass die Gesellschaft mit Problemen wie Übergewicht und damit assoziierten Erkrankungen sowie Bewegungsmangel konfrontiert ist. Zeitgleich steigt das Bewusstsein für eine ausgewogene Ernährung und Work-Life-Balance. Dafür ist ein gesunder, leistungsfähiger Körper unerlässlich. **Daher investieren immer mehr Menschen Geld und Zeit in Coachings.** Sogar Firmen bieten ihren Mitarbeitern Sport- und Ernährungscoachings im Rahmen einer betrieblichen Gesundheitsförderung als Benefit an.

**Der Bedarf an Ernährungsberatern und Fitnesstrainern steigt daher stetig.** Egal, ob du mit Vereinssportgruppen, in Fitnessstudios, Jugendklubs, Rehakliniken oder zum Beispiel freiberuflich als Personal Trainer arbeiten möchtest: **Als Ernährungs- und Sportcoach (B.Sc.) hast du vielfältige Arbeitsfelder und bist schwer gefragt. Deine Jobaussichten sind daher sehr gut.**

#### Einrichtungen, in denen du arbeiten kannst:

- Fitnessstudios
- Sportvereine und Sporteinrichtungen
- Schwimmbäder (z.B. Trainer für Aqua Fit)
- Psychosoziale Einrichtungen
- Reha- und Gesundheitszentren
- Hotelanimation oder auf Kreuzfahrtschiffen
- Freiberuflich als Personal Trainer oder Ernährungsberater
- Einrichtungen im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Forschung (Masterabschluss notwendig)

## Bewerbung

### Zugangsvoraussetzungen

Der Studiengang **Bachelor Sport- & Ernährungscoach (B.Sc.)** ist an der EUIFH **NC-frei**. Du brauchst also weder einen bestimmten Notenschnitt noch musst du eine **Bewerbungsfrist** beachten.

- Abitur, Fachhochschulreife oder abgeschlossene Ausbildung mit dreijähriger Berufserfahrung
- Erfolgreiches Bewerbergespräch

[Zum Bewerbungsportal >](#)

Ernährungswissenschaften

Sport