

Fitnessstraining (dual)

Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG)
Bachelor of Arts



Allgemein

Anatomische, biomechanische und trainingswissenschaftliche Grundlagen

Der Studiengang qualifiziert Sie für die sportliche Leitung in Fitness-, Freizeit- und Gesundheitsunternehmen – insbesondere für die Gesamtkonzeption, Entwicklung und Führung der Bereiche Individual- und Gruppentraining.

Kurzinfo

Abschluss: Bachelor of Arts

Art des Studiums: Duales Studium mit einer Kombination aus betrieblicher Ausbildung und einem Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen

Anerkennung: Akkreditierter und staatlich anerkannter Studiengang sowie Zulassung durch die staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU), Akkreditierungsurkunde

Studienstart: Jederzeit möglich

Anmeldung: Jederzeit möglich

Dauer: 7 Semester / 42 Monate mit Lehrveranstaltungen mit insgesamt 64 Tagen

Studiengebühr: wird im Regelfall vom Arbeitgeber übernommen

Fachqualifikation Diabetes: Absolventen bestimmter Studienabschlüsse (u.a. Bachelor of Arts Fitnessökonomie) der DHfPG haben die Möglichkeit, die „Fachqualifikation Diabetes“ zu erwerben.



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

Kontakt

Gerne beantworten wir Ihnen alle Fragen, die Sie rund um das Studium haben.

Studienberatung: +49 681 6855
150

Inhalte

Studieninhalte im Überblick

Die Zielsetzung kann ein leistungsorientiertes, präventivorientiertes oder rehabilitatives Training sein, das nach Abschluss einer medizinischen Heilbehandlung, z. B. bei häufig vorkommenden Verletzungen oder Degenerationen des Bewegungssystems, die Leistungsfähigkeit weiter verbessert. Durch die vielfältigen Wissensbereiche sind Sie Spezialist sowohl für Individualtraining als auch für Gruppentraining.

Für die Trainingssteuerung erschließen Sie sich ein umfassendes Wissen über sportmotorische Testverfahren zur Leistungsdiagnostik, Trainingsmethoden zur gezielten Verbesserung der motorischen Leistungsfähigkeit, Ansätze zur langfristigen Periodisierung des Trainings sowie eine situationsgerechte Auswahl von Trainingsübungen bzw. Bewegungsformen. Im Bereich Gruppentraining erwerben Sie Unterrichtskompetenz sowie spezifisches Fachwissen im kraft-, ausdauer- und gesundheitsorientierten Gruppentraining, sodass Sie in der Lage sind, attraktive und vielschichtige Gruppentrainingsangebote zielgruppenadäquat zu planen, erfolgreich umzusetzen und fachlich zu beurteilen. Der trainingswissenschaftlich orientierte Studienschwerpunkt wird ergänzt durch sportmedizinische, ernährungswissenschaftliche, psychologische sowie betriebswirtschaftliche Inhalte, um Ihnen ein interdisziplinäres und vernetztes Wissen sowie wichtige Fertigkeiten für die berufliche Praxis zu vermitteln und eine direkte Einsetzbarkeit im Unternehmen sicherzustellen.

[Modulhandbuch \(PDF\) >](#)

[Studienverlaufsplan \(PDF\) >](#)

Perspektiven

Ausblick und Karrierechancen

Ob Individual- oder Gruppentraining: Training in einem Fitness- und Gesundheitsstudio wird von vielen Menschen häufig mit aktiver Gesundheitsvorsorge assoziiert.

Von diesem positiven Trend profitieren die Fitness- und Freizeitunternehmen in Deutschland. Seit mehr als zwei Jahrzehnten haben sowohl deren Anzahl als auch deren Mitgliederzahlen deutlich zugenommen.

Insofern ist ein professionell geführter Trainings- und Kursbereich mit einem durchdachten Gesamtkonzept ein wichtiger Baustein für den langfristigen Erfolg eines Fitness- und Gesundheitsunternehmens. Kompetente und professionelle Mitarbeiter schaffen hierfür die notwendigen Voraussetzungen.

Der Studiengang Bachelor of Arts Fitnesstraining qualifiziert Sie aufgrund der umfassenden Kenntnisse, Fähigkeiten und Kompetenzen im Individual- und Gruppentraining in Verbindung mit grundlegenden Managementkenntnissen zur Leitung des Trainingsbereiches eines Fitness- und Gesundheitsunternehmens.

Als Spezialist für alle Individual- und Gruppenfitnessprogramme können Sie z. B. in den folgenden Unternehmen, Einrichtungen und Institutionen erfolgreich tätig werden:

- Fitness- und Gesundheitsstudios sowie Gesundheitszentren
- Sport-/Wellnesshotels mit Sport- und Animationsangeboten
- Sportvereine mit Fitness- und/oder Gruppentrainingsangeboten
- EMS-Studios, Gruppentrainingstudios, Functional Training Studios, Cross Fit Boxen
- Betriebe mit eigenen gesundheits- und fitnessorientierten Trainingsangeboten
- Rehabilitationseinrichtungen mit präventiven und/oder medizinischen Fitness- und Gruppentrainingsangeboten
- Krankenkassen
- Volkshochschulen
- Selbstständige Tätigkeit als Personal Trainer

Bewerbung

Zugangsvoraussetzungen

Insgesamt gibt es an der DHfPG sieben duale Bachelor-Studiengänge. Nachfolgend finden Sie die Zulassungsvoraussetzungen:

- Hochschulzugangsberechtigung
Allgemeine Hochschulreife bzw. der schulische Teil der Fachhochschulreife, Abschluss als Meister/Fachwirt, Fachschulabschluss oder Berufsförderungsabschluss
- Ausbildungsvertrag mit einem Unternehmen
Für die Suche nach einem geeigneten Unternehmen bietet die Hochschule eine kostenfreie Internet-Jobbörse unter www.aufstiegsjobs.de.

Bachelor-Studium ohne Abitur

Auch für Personen, die nicht über eine direkte Hochschulzugangsberechtigung verfügen, ist ein Bachelor-Studium an der Deutschen Hochschule grundsätzlich möglich.

Um als „beruflich besonders qualifizierte Person“ für ein Studium ohne Abitur zugelassen zu werden, sind von Interessenten eine Abschlussprüfung mit qualifiziertem Ergebnis in einem einschlägigen anerkannten Ausbildungsberuf mit einer mindestens zweijährigen Berufsausbildung und eine mindestens zweijährige Tätigkeit in diesem oder einem verwandten Beruf vorzuweisen.

Studienstart und Anmeldung

Die Anmeldung ist jederzeit möglich.

Zur Anmeldung an der Hochschule gelangen sie [hier](#).