

# Fitness and Health Management

IST-Hochschule für Management  
Bachelor of Arts



## Profil

### Fitness-Expert:in werden – mit anerkanntem Abschluss

Mit dem Bachelorstudiengang „Bachelor Fitness and Health Management“ bereitest Du Dich optimal auf eine Führungsposition in der Fitnessbranche vor. Durch das Fernstudium bleibst Du zeitlich und örtlich unabhängig. Dies wird durch moderne Vermittlungsformen ermöglicht. So kannst Du über den Online-Campus jederzeit auf Deine digitalen Studienhefte sowie auf Online-Vorlesungen und Online-Tutorien zugreifen. In einigen Präsenzphasen, die von praxiserfahrenen Dozent:innen geleitet werden, wird Dein Wissen vertieft und gesichert.

Du hast die Wahl, ob Du Dein Studium in Vollzeit (6 Semester) oder in der Teilzeitvariante (8 Semester) absolvieren möchtest. Ein Wechsel zwischen den beiden Optionen ist auch während des Studiums noch möglich.

Trotz der örtlichen Ungebundenheit ist die persönliche Betreuung ein wichtiger Aspekt des Studiums. Kleine Studiengruppen ermöglichen einen kontinuierlichen Austausch mit Ihren Dozent:innen und anderen Studierenden. Darüber hinaus sind Deine Dozent:innen oder Ansprechpartner:innen auch außerhalb der Präsenzphasen jederzeit telefonisch oder auf schriftlichem Weg für Dich erreichbar, falls Fragen oder Probleme auftreten.

#### Inklusive:

- B-Lizenz „Fitnesstrainer“
- A-Lizenz „Medizinisches Fitnessstraining“
- B-Lizenz „Sporternährung“
- A-Lizenz „Functional Trainer“
- sowie bis zu 5 weitere Lizenzen (je nach Wahlmodul)



HOCHSCHULE  
für Management  
University of Applied Sciences

## Kontakt

**Studienberatung:**  
Tel.: +49 211 86668 0  
[fitness@ist-hochschule.de](mailto:fitness@ist-hochschule.de)

## Studienziele

### Ziel des Studiengangs

Fitnessstudios und andere Anbieter für Fitness und Gesundheit sind gefragter denn je und professionalisieren sich in der Folge immer mehr. Damit gehen gesteigerte Ansprüche an den Service und die Qualität einher, die das Personal bestmöglich erfüllen sollte. Dafür ist eine fundierte Ausbildung notwendig, die unter anderem neben trainingspraktischem Wissen auch betriebswirtschaftliche Kenntnisse sowie einen umfassenden Überblick über die Strukturen der Gesundheits- und Fitnessbranche vermittelt. Der Bachelorstudiengang „Fitness and Health Management“ bereitet Dich auf Deine spätere Tätigkeit in der Fitness- und Gesundheitsbranche vor. Du lernst,

- zentrale ökonomische Zusammenhänge in Unternehmen für Fitness und Gesundheit zu erkennen und zu verstehen
- fitness- und gesundheitsorientierte Betreuungskonzepte sowie kundenindividuelle Trainingsprogramme zu planen, umzusetzen und zu optimieren
- den Trainingsbereich, den Verkauf und zentrale Geschäftstätigkeiten in Einrichtungen für Gesundheit und Fitness operativ, strategisch und eigenverantwortlich zu leiten

Nach Abschluss des Studiums bist Du optimal für leitende Positionen in einem breiten Einsatzfeld qualifiziert, wie z. B. in Fitnessclubs und Gesundheitszentren, Sportvereinen, Wellness- bzw.

Sporthotels oder Kureinrichtungen.

## Studieninhalte

### Studieninhalte

Im Bachelorstudiengang „Fitness and Health Management“ werden Dir fitnessspezifische, betriebswirtschaftliche, rechtliche und managementbezogene Inhalte vermittelt. Durch Wahlmodule hast Du die Möglichkeit, Dein Studium nach Deinen Interessen auszurichten. Zu den Themen gehören u.a.:

- Grundlagen der BWL und Mikroökonomie
- Sportmedizinische Grundlagen
- Fitnessmanagement
- Diagnostik und Trainingswissenschaften
- Functional Training und Medizinisches Fitnesstraining
- Personal Training und Groupfitnesstraining
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Grundlagen der Physiotherapie

## Zahlen & Fakten

### Zahlen und Fakten auf einen Blick

**Abschluss:** Bachelor of Arts (B.A.) in der Fachrichtung „Fitness and Health Management“

**Studienbeginn:** jeweils am 01.04. und 01.10.

**Studiendauer:** wahlweise 6 oder 8 Semester

**Creditpoints:** 180 ECTS

**Verlängerungsmöglichkeit:** 3 Semester

**Zulassungsvoraussetzung:** (Fach-)Abitur; aber auch ohne Abitur ist ein Studium möglich

**Vermittlungsform:** Studienhefte, Präsenzphasen, Online-Tutorien, Online-Vorlesungen

**Kosten:**

- Vollzeit: 379€ monatlich, insgesamt 13.644€
- Teilzeit: 319€ monatlich, insgesamt 15.312€

**Alle Informationen findest Du auf der [Websiteder Hochschule](#).**

An den genannten Terminen beginnst Du gemeinsam mit Deinen Mitstudierenden. Du würdest gerne zu einem anderen Zeitpunkt starten? Dann melde Dich für Deinen individuellen Starttermin bei uns.

Sport

Management im Gesundheitswesen