

Erwerb von Lizenzen im Rahmen der Ausbildung

Im Rahmen der schulischen Ausbildung am Berufskolleg an der Lindenstraße (BKaL) haben Sie die Möglichkeit neben dem Berufschulabschluss weitere Lizenzen zu erwerben, um Ihre berufliche Perspektive auf dem Arbeitsmarkt zu verbessern.

Fitnesstrainer B-Lizenz

Mit der „**Fitnesstrainer B-Lizenz**“, umgangssprachlich auch als Trainerschein bezeichnet, bieten wir am BKaL die grundlegende Basisqualifikation für eine qualitativ hochwertige Beratung und kompetente Betreuung in kommerziellen Betrieben der Fitnessbranche.

Tätigkeitsprofil

Der Fokus der Fitnesstrainer B-Lizenz liegt in der kundenbezogenen Bedarfsanalyse, einem genauen Eingangsscheck sowie der Erstellung individueller Trainingspläne, die anatomische, sportphysiologische und aktuelle trainingsmethodische Erkenntnisse berücksichtigen. Ferner sind die Absolventen dazu befähigt, ihre Kunden gezielt zu betreuen und den Trainingsfortschritt nachhaltig zu begleiten.

Anforderungskriterien

- Mindestverweildauer am BKaL 2,5 Jahre
- Note im Fach Sport/Gesundheitslehre (1. und 2. Ausbildungsjahr) im Durchschnitt nicht schlechter als 2,5
- Mindestnote im Fach Trainingslehre (3. Ausbildungsjahr) 2,5
- Anwesenheitsquote im Fach TRL von mindestens 80%
- Praktische Prüfung auf der Trainingsfläche eines Fitnessstudios – Mindestnote 2,5

Inhalte der Fächer Sport und Trainingslehre (SFM) während der 3-jährigen Ausbildung

Im Rahmen des Erwerbs der o.g. Lizenzen werden über die 3 Ausbildungsjahre folgende fachspezifische Inhalte und Kompetenzen in unserem Unterricht am BKaL thematisiert.

Inhalte im Fach Sport im 1. und 2. Ausbildungsjahr

Anatomische und physiologische Grundlagen:

Aufbau des Skelettsystems
Knochen- und Gelenklehre
Muskeln und ihre Funktion
Spezielle Anatomie: Aufbau und Funktion der Wirbelsäule
Herz-Kreislauf-System, Blutgefäße und Blutbestandteile
Atmung, Luftwege und Gasaustausch
Ernährung und Sport
Energiebereitstellung im Körper

Grundlagen der sportfachlichen Betreuung:

Aufgaben eines Trainers und Übungsleiters
Motive des Sporttreibens und Trainingsziele
Sportmotorische Fähigkeiten analysieren und testen
Aufbau und Organisation einer Sparteinheit
Einführung in das Gerätetraining
Bewegungen im Sport analysieren und lernen
Sicherheit beim Sporttreiben
Einen Sportkurs selbständig planen und durchführen

Inhalte im Fach Trainingslehre (SFM) im 3. Ausbildungsjahr

Trainingsprinzipien und Trainingsmethoden
Trainieren an Fitnessgeräten und mit Freihanteln, Aufbau eines Geräteparcours
Eine Anamnese durchführen - Fitness-Check
Grundlagen der Trainingsplanerstellung
Erstellung von individuellen Trainingsplänen für bestimmte Zielgruppen:

- Bei Beschwerden bzw. Erkrankung der Wirbelsäule
- Zur Prävention von Osteoporose
- Zur Gewichtsreduktion bei Adipositas
- Zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Bei Bluthochdruck und Einnahme von Betablockern
- Bei Schulterbeschwerden
- Bei Hüftbeschwerden
- Bei Kniebeschwerden

Übungsleiter C-Lizenz des LSB

In Kooperation mit dem Landessportbund bieten wir die Ausbildung Basismodul Aufbaumodul für „**Übungsleiter/-in C**“ an. Diese kann im 2. Ausbildungsjahr erworben werden. Folgende Voraussetzungen sind zu erfüllen.

- eine 80 prozentige erfolgreiche Teilnahme an den Unterrichtsstunden im Fach Sport im 1. und 2. Ausbildungsjahr
- die Anfertigung einer schriftlichen Dokumentation über die Planung eines Sportkurses über mindestens drei Einheiten und die praktische Durchführung einer der geplanten Sporeinheiten
- Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs oder Vorlage einer Teilnahmebescheinigung (nicht älter als 2 Jahre)
- Zahlung der Lizenzgebühr

Lizenzierter Fitness-Trainer DSSV

Im Jahr 2007 wurde das Berufsbild „Sport- und Fitnesskaufmann/-frau“ neu strukturiert. Durch die Erweiterung der Lerninhalte erwerben erfolgreiche Absolventen zum Sport- und Fitnesskaufmann/-frau mit Bestehen des Prüfungsfachs „Trainingsplanung und Beratung“ mit mindestens ausreichend die Trainerlizenz „**Lizenzierter Fitness-Trainer DSSV**“. Auch Absolventen des Ausbildungsberufs „Sportfachmann/-frau“ erhalten die oben genannte Lizenz.

Die Bestätigung dieser Lizenz erhalten die Absolventen kostenfrei per E-Mail (anbei das Muster), indem Sie eine Kopie ihres IHK-Prüfungszeugnisses und Ihre private Anschrift mit einem kurzen Anschreiben an eine der folgenden Adressen senden:

Postanschrift: Bildungsinstitut DSSV e.V., Beutnerring 9, 21077 Hamburg

Email: dssv@dssv.de

Fax: 040-766 24 044

Für 50,- EUR kann beim DSSV zusätzlich eine DIN-A3-Urkunde (anbei das Muster) erworben werden.



**BILDUNGS-INSTITUT
DEUTSCHER SPORTSTUDIO VERBAND E.V.**

Herr
Max Mustermann
Musterstraße 10
101010 Musterstadt

27. August 2018

**Bestätigung der Lizenz „Lizenziertes Fitness-Trainer DSSV“
nach IHK-Prüfungsordnung**

Sehr geehrter Herr Mustermann,

herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Abschlussprüfung des Ausbildungsberufes
„Sport- und Fitnesskaufmann“.

Mit diesem Schreiben bestätigen wir Ihnen, dass Sie aufgrund der Prüfungsordnung
für Sport- und Fitnesskaufleute, gültig seit August 2007, die Lizenz „Lizenziertes
Fitness-Trainer DSSV“ nach IHK-Prüfungsordnung erworben haben.

Mit freundlichen Grüßen

BILDUNGS-INSTITUT DSSV e.V.

Linda Huber



LIZENZ

Das BILDUNGS-INSTITUT
DEUTSCHER SPORTSTUDIO VERBAND E.V.
vergibt

Max Mustermann

nach bestandener Prüfung in dem Fach
Trainingsplanung und Beratung nach der
Prüfungsordnung IHK Sport- und Fitnesskaufleute 2007
die Lizenz

**LIZENZIERTER
FITNESS-TRAINER DSSV**

Prüfungskommission

Birgit Schwarze, 1. Vorsitzende



Refit Kamberovic, Geschäftsführer

ID - Nr. 12345678

Musterstadt, den 01.01.2013

**BILDUNGS-INSTITUT
DEUTSCHER SPORTSTUDIO VERBAND E.V.**