

## Erwerb von Lizenzen im Rahmen der Ausbildung

Im Rahmen der schulischen Ausbildung am BKaL haben sie die Möglichkeit neben dem Berufsschulabschluss weitere Lizenzen zu erwerben, die ihre berufliche Perspektive 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 Betrieben der Fitnessbranche.

Voraussetzung hierfür ist, dass Sie während der Ausbildung an 80% der Unterrichtsstunden in den Fächern Sport und Trainingslehre teilgenommen haben. Hierbei ist es unerheblich aus welchem Grund Ihnen eine Teilnahme nicht möglich war.

In den Fächern Sport (1. und 2. Ausbildungsjahr) und Trainingslehre (im 3. Ausbildungsjahr) muss mindestens die Note **Befriedigend** erreicht werden. Ferner müssen Sie mindestens 2,5 Jahre am BKaL eingeschrieben sein.

### 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 Voraussetzung hierfür ist

- 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 Sporteinheiten
- 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  
E-Mail: [dssv@dssv.de](mailto: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 „Lizenzierter 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 „Lizenzierter  
Fitness-Trainer DSSV“ nach IHK-Prüfungsordnung erworben haben.

Mit freundlichen Grüßen

**BILDUNGS-INSTITUT DSSV e.V.**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'L. Huber'.

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.**

---

## 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