

#SPORT EN GEZONDHEID

✓ BESPAAR MET DE KMO-PORTEFEUILLE

FITNESSBEGELEIDER

€ 738,10 incl. BTW

ALS JE VAN FITNESS JE BEROEP WIL MAKEN!

OMSCHRIJVING

Wat kent men na het volgen van deze opleiding?

Door het volgen van deze opleiding ben je in staat om:

- aan de slag te gaan als medewerker in een fitnesscentrum in hoofd- of bijberoep
- een fitnesscentrum zelfstandig opstarten en uitbaten
- samen te werken in een groepspraktijk met diëtisten, kinesisten, gezondheidscoachen, artsen, ...
- de vervolgcursus 'Personal trainer' te volgen bij SYNTRA West
- je kunt ook bijkomende bijscholingscursussen volgen bij SYNTRA West zoals sportvoeding, sportdrink, kinesiotaping, sportverzorger, wielerverzorger, ...
- na een paar jaar beroepservaring en extra scholing als lesgever kennis en ervaring door te geven

Introductie

Sporters in fitnesscentra worden bijgestaan door opgeleide trainers.

De **fitnessbegeleider** begeleidt de klanten bij grond oefeningen, cardio training, krachttoestellen en halters. Dit kan zowel in het fitnesscentrum als out-door. De klant gaat naar het fitnesscentrum met een specifiek doel: vermageren door calorieën te verbranden, werken aan de conditie, uithouding verhogen, spieren versterken, lichaam verstevigen, lenigheid oefenen, ... het kan allemaal in een fitnesscentrum.

De fitnessbegeleider maakt persoonlijke trainingsschema's op in functie van het gewenste resultaat: vetverbranding vraagt immers een andere trainingsmethodiek dan conditietraining. Nadat een gepersonaliseerd oefenprogramma is opgemaakt zal de fitnesstrainer ook de fitnessbeurten zelf opvolgen bij ieder bezoek door fitheidstesten af te nemen en uitleg te geven bij het juist en veilig gebruik van materiaal en toestellen. Tevens zorgt de fitnessbegeleider ook voor het onthaal, het sociaal contact en maakt van ieder bezoek aan het fitnesscentrum een unieke beleving.

Voor wie is deze opleiding bestemd?

Deze opleiding is uiterst geschikt voor mensen die houden van sport en fitness. Droom je ervan om van je hobby je beroep te maken door in een fitnesscentrum te werken omringd door dynamische, sportieve en gemotiveerde mensen? Dan is deze unieke opleiding tot fitnessbegeleider wat jij nodig hebt!

Na het volgen van dit traject kun je jezelf verder specialiseren tot Personal Trainer.

Toelatingsvoorwaarden

Om deel te kunnen nemen aan de opleiding moet de cursist voldoen aan deze voorwaarden:

- Minstens 18 jaar zijn of 18 worden in de loop van het kalenderjaar waarin de opleiding start.
- Er is geen specifieke voorkennis nodig. Beginners welkom! Enkel een doorgedreven interesse in fitness training, sport en beweging volstaan om deel te nemen aan de opleiding.

Bijkomende info

Na het slagen voor deze opleiding kun je je verder specialiseren tot *Personal Trainer*.

PROGRAMMA

- Onthaalmedewerker in de fitness (28u)
- Werkplekleren deel1: Externe kijkstage (12u)
- Hulpverlener EHBO (20u)
- Voedingsleer (24u): met onderdeel afstandsleren

- Intake en testen (42u): met onderdeel afstandsleren
- Opmaken oefenschema fitnessbegeleiding (44u)
- Individuele fitnessbegeleiding (28u)
- Werkplekleren deel 2: Fitnessbegeleider (50u)
- Eindproef

PRAKTISCH

0.5 jaar vanaf zaterdag 08/10/2022 - Brugge

Lesdata voor Brugge vanaf zaterdag 08/10/2022

Datum	Startuur	Einduur
-------	----------	---------

Locatie

Syntra West Brugge
Spoorwegstraat 14
8200 Brugge

Contact

T: 078/353 653
Sofie@syntrawest.be

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

Cursusmateriaal

Handboeken of cursussen zijn niet inbegrepen in de prijs. Deze kunnen aangekocht worden via onze partner. Hoe dit praktisch in zijn werk gaat, wordt toegelicht bij de start van het cursusjaar.

ANDERE MOGELIJKE LOCATIES: