

Kurs 104 Ausbildung SAFS Fitnessbetreuer / KantiGym Coach

Leitung: Marco Waldvogel, Beat Linsbauer, externe Fitnessfachperson

Koordination: Marco Waldvogel

Kosten: Fr. 500.-

Ort: KantiGym KSBG

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer absolvieren den Fitnessbetreuer/in-Kurs der SAFS (Swiss Academy of Fitness and Sports). Bei erfolgreichem Abschluss erlangen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das entsprechende, in der Fitnessbranche anerkannte Diplom. Dieses Diplom gilt in vielen Fitnesscentern als Voraussetzung für eine Anstellung. Um die Ausbildung erfolgreich abschliessen zu können, sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer angehalten, sich anschliessend an die BUI im Selbststudium vertieft mit den Trainings- und Lerninhalten auseinanderzusetzen. Das Selbststudium erstreckt sich über einen Zeitraum von ca. fünf Wochen und findet vor Kursbeginn sowie zwischen Kursabschluss (Ende BUI) und der SAFS-Prüfung statt.

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer besteht die Möglichkeit, sich nach erfolgreichem Kursabschluss als KantiGym Coach an der KSBG St. Gallen zu bewerben. Auf eine erfolgreich abgeschlossene Bewerbungsphase, welche eine Einarbeitung in die Tätigkeit als KantiGym Coach beinhaltet, kann eine marktüblich entlohnte Anstellung folgen.

Die Kursinhalte setzen sich aus ca. 60 % Theorie (u.a. Anatomie, Physiologie, Kraft- und Ausdauertraining, Trainingslehre, Arbeitskultur in einem Fitnesscenter) und 40 % Praxis (Kraft- und Ausdauertraining) zusammen.

Zeitlicher Umfang

a. Ausbildung (5 Tage)

 Kursteil 1: 2 Tage im Januar / Februar

 Kursteil 2: 3 Tage in BUI

b. Selbststudium: individuell (ca. 5 Wochen)

c. SAFS-Prüfung: 1 Tag

d. Einsatz am KSBG Sporttag: 1 Tag

Besondere Hinweise

- a. Dieser Kurs ist interessant und lehrreich, dadurch auch zeitintensiv. Ein grosses Interesse an den Kursinhalten, die aktive Teilnahme während der Kurstage sowie ein gut organisiertes Selbststudium sollten eine Selbstverständlichkeit für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sein.
- b. Vollumfängliche Anwesenheit während des ganzen Kurses ist Pflicht und Voraussetzung für die Zulassung zur SAFS-Prüfung.