berufsberatung
.ch

Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ
Fachmann Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ

Sport, Gesundheitsförderung | Körperpflege, Kosmetik | Gesundheit

Als Fachfrau oder Fachmann Bewegungs- und Gesundheitsförderung betreust du Menschen aller Altersgruppen in Fitnesscentern und ähnlichen Einrichtungen. Du stellst Bewegungs- und Entspannungsprogramme zusammen, die zu ihrer Gesundheit und Lebenssituation passen. Du berätst sie und verkaufst Dienstleistungen im Bereich Gesundheitsförderung.

Aufgaben

Standortbestimmung erstellen

- Kundinnen und Kunden begrüssen und nach ihren Wünschen, Bedürfnissen und Lebensgewohnheiten fragen
- Gesundheitsfragebogen ausfüllen
- gemeinsam Ziele festlegen

Programme anbieten

- Trainingsprogramme vorschlagen und anpassen
- bei der Wahl der Sportgeräte helfen, zum Beispiel Fahrrad, Rudergerät oder Laufband
- Übungen vorführen, Körperhaltungen korrigieren und überprüfen, ob die Geräte richtig verwendet werden
- Teilnehmende motivieren, ihre Leistungen messen und dokumentieren
- Gruppenaktivitäten mit Musik durchführen, die Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer stärken
- Risikosituationen erkennen, wenn nötig Alarm schlagen

Kundschaft beraten

- über Programme und Dienstleistungen informieren und beraten
- Abonnements und Produkte verkaufen, zum Beispiel Nahrungsergänzungsmittel, Material oder Sportbekleidung
- sich über neue Trends und Entwicklungen informieren

Administration erledigen

- Terminkalender führen und Telefone entgegennehmen

- Kundinnen und Kunden anschreiben und ihre Daten aktuell halten
- Rechnungen stellen
- Statistiken erstellen
- Befragungen durchführen und auf Beschwerden antworten

Anlagen instand halten

- Geräte und Material kontrollieren
- Räume und Einrichtung instand halten
- Hygienevorschriften einhalten und Reinigungsprodukte richtig entsorgen

Arbeitsumgebung

Als Fachfrau oder Fachmann Bewegungs- und Gesundheitsförderung arbeitest du am Empfang und in Trainings- und Kursräumen von Fitnessstudios. Du erledigst sowohl administrative Aufgaben als auch praktische Arbeit mit Bewegung. Daher trägst du Kleidung, die für Sport geeignet ist. Die Arbeitszeiten können unregelmässig sein, da Fitnessstudios auch am Abend und an Wochenenden geöffnet sind.

Du bist in Fitness-, Wellness- und Gesundheitscentern, Gymnastikstudios, bei Sportämtern oder Vereinen, in Hotels und weiteren Institutionen der Bewegungs- und Gesundheitsförderung tätig. Anstellungen findest du in grösseren Städten und Tourismusregionen. Mit zunehmender Erfahrung kannst du die Leitung eines Fitnesscenters übernehmen oder dich selbstständig machen.

Anforderungen und Interessen

Anforderungen

- Sinn für Bewegungen und Koordination
- Körperliche Widerstandsfähigkeit
- Pädagogische Fähigkeiten
- Vertrauen aufbauen können
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten oder Nachtschichten
- Sinn für Hygiene und Sauberkeit
- Freude an Verkauf und Beratung
- Sinn für Gastfreundschaft

Interessen

- Körperlich aktiv sein
- Anderen Menschen helfen und sie pflegen
- Beraten
- Kontakt zu Menschen haben

- Informieren und sensibilisieren

Ausbildung

Die Ausbildung wird als Lehre in einem Betrieb gemacht.

Betrieb

Praktische Ausbildung in einem Fitness- oder Gesundheitscenter, einem Gymnastikstudio oder beim Sportamt: 3-4 Tage pro Woche

Schule

1-2 Tage pro Woche an den kantonalen Berufsfachschulen

Überbetriebliche Kurse

In mehreren Kantonen: 15 Tage während 3 Jahren

Dauer

3 Jahre

Zulassung

obligatorische Schule abgeschlossen

Berufsmaturität

Bei sehr guten schulischen Leistungen können die Lernenden zusätzlich die Berufsmaturitätsschule besuchen.

Abschluss

Fachmann / Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ

Weiterbildung

Berufsprüfung

- **Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/spezialist-in-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung-bp)
- **Trainer/in Leistungssport BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/trainer-in-leistungssport-bp)

Höhere Fachprüfung

- Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP

Fachhochschule

- Bachelor of Science in **Sports** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/sport-sportwissenschaften)
- Bachelor of Science in **Physiotherapie** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/physiotherapie)
- Bachelor of Science in **Ernährung und Diätetik** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/ernaehrung-und-diaetetik)

Je nach Fachhochschule gelten unterschiedliche Zulassungsbedingungen.

Ähnliche Berufe

Beruf
Fachmann/-frau Gesundheit EFZ

https://berufsberatung.ch/de/berufe/fachmann-frau-gesundheit-efz

Weitere Infos

Swissdoc Nummer

0.721.39.0

Weiterführende Links

OdA Bewegung und Gesundheit (https://www.bewegung-und-gesundheit.ch/)

Organisation der Arbeitswelt: Bewegungsberufe

Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband (SFGV) (https://www.sfgv.ch/)

BGB Schweiz (https://bgb-schweiz.ch/)

Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz

Gesetzliche Grundlagen (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/85701?lang=de)