

Berufsprüfung (BP)**Berufsfeld 5**
Schönheit, Sport**Tätigkeiten****Ausbildung**

Spezialistinnen und Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung planen und leiten massgeschneiderte Kurse und Trainingseinheiten für Kundinnen und Kunden verschiedenen Alters. Dabei gehen sie auf individuelle Bedürfnisse ein. Sie arbeiten in Fitness-, Gesundheits-, Gymnastik- oder Bewegungsunternehmen.

Grundlage

Eidg. genehmigte Prüfungsordnung vom 22.10.2015 mit Änderung vom 12.6.2019

Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung verfügen über eine ausgeprägte Bewegungskompetenz sowie über ein vertieftes Fachwissen in Trainingslehre, Anatomie, Methodik, Didaktik und Lernpsychologie. Sie stellen Kurslektionen zusammen und führen Trainingsangebote für Einzelkunden sowie Gruppen verschiedenen Alters durch. Dabei berücksichtigen sie allfällige bewegungs- und gesundheitseinschränkende Faktoren. In ihrer Ausbildung wählen sie eine von zwei Fachrichtungen aus: „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder „Körper- und Bewegungsschulung“.

Fachrichtungen

- Fitness- und Gesundheitstraining
- Körper- und Bewegungsschulung

In der Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ sind Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung auf gerätegestützte Kraft- und Ausdauertrainings spezialisiert. Sie leiten ihre Kundschaft im Umgang mit den Geräten an und sorgen dafür, dass diese korrekt eingestellt sind. Während des Trainings kontrollieren sie die Bewegungsabläufe und die Körperhaltung der Trainierenden. Die Belastung und Dauer der Trainingseinheiten passen sie den Voraussetzungen, der Leistungsfähigkeit und den Zielen der Trainierenden an. Sie erkennen Fehl- und Überbelastungen und greifen korrigierend ein.

Prüfungsvorbereitung

Die für die Prüfung erforderlichen Qualifikationen werden in Form von Modulen erworben. Prüfungsordnung und Wegleitung sind beim Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenter Verband erhältlich.

Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung der Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ leiten z. B. Bewegungskurse wie Fitgymnastik, Herz-Kreislauf-Training, Rücken-, Osteoporose- oder Beckenbodengymnastik, Nordic-Walking oder Aqua-Fitness. Sie helfen durch Entspannungstechniken Stress abzubauen und nach anstrengenden Übungen wieder Ruhe zu finden und die Regeneration zu fördern. Anhand von Aufträgen stellen sie Kursangebote zusammen. Sie planen z. B. eine Aktivferienwoche mit täglichem Bewegungsprogramm oder sie führen Wochenendevents unter dem Thema Gesundheitsförderung durch.

Bildungsangebote

Der Schweizerische Fitness- und Gesundheitscenter Verband informiert über die Kursanbieter.

Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung übernehmen als Fachkräfte auch Aufgaben in den Bereichen Verkauf, Kommunikation, Management und Administration. Meist leiten sie ein Team, betreuen Mitarbeitenden sowie Lernende und erstellen die Einsatzpläne für das Personal.

Dauer

Berufsbegleitend, individuell gestaltbar

Module

Anatomie/Physiologie, Trainingslehre, Methodik, Didaktik, Lernpsychologie, Gesundheitsförderung/ Lebensstilintervention, Körper-/ Bewegungskompetenz, Trainingsprogramme bzw. Kursprogramme entwickeln und durchführen, Netzwerk/Weiterbildung, Verkauf/Administration, Mitarbeiterführung

Abschluss

"Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis"

Voraussetzungen

Bei Prüfungsantritt erforderlich:

- Abschluss der beruflichen Grundbildung als Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung und berufl. Praxis: mind. 3500 Stunden in mind. 2 bis max. 5 Jahren in der Fachrichtung Fitness- und Gesundheitstraining; in der Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung sind 500 Stunden geleitete Kurseinheiten erforderlich.
- oder
- Abschluss einer anderen beruflichen Grundbildung auf EFZ-Niveau oder gymnasiale Maturität und berufl. Praxis: mind. 5000 Stunden in mind. 2,5 bis max. 5 Jahren in der Fachrichtung Fitness- und Gesundheitstraining; in der Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung sind 750 Stunden geleitete Kurseinheiten erforderlich.
- Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen
- am Prüfungsdatum gültiger BLS (CPR) - Ausweis

Über die Details zur Prüfungszulassung informieren die OdA Bewegung und Gesundheit oder der Schweizerische Fitness- und Gesundheitscenter Verband.

Anforderungen

- Selbstständigkeit
- ausgeprägte Kontaktfreude und Kommunikationsfähigkeit
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten
- Freude an Sport und Bewegung

Weiterbildung

Kurse

Angebote von Berufs- und Fachverbänden, z. B. Bewegung und Gesundheit Schweiz, Fitness- und Gesundheitscenter Verband, Verband für Gesundheitssport & Sporttherapie etc.

Höhere Fachprüfung

Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Diplom, dipl. Trainer/in Spitzensport, Manager/in für Gesundheitstourismus und Bewegung mit eidg. Diplom, Sportartenschulleiter/in mit eidg. Diplom

Fachhochschule

Z. B. Bachelor of Science EHSM in Sports, Bachelor of Science (FH) in Physiotherapie, Bachelor of Science (FH) in Ernährung und Diätetik

Berufsverhältnisse

Spezialisten und Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung arbeiten in Fitness-, Wellness- und Gesundheitszentren. Sie können auch in Hotels, Freizeitanlagen oder Alters- und Pflegezentren tätig sein. Viele sind selbstständig erwerbend. Je nach Betrieb besteht auch die Möglichkeit, fest angestellt zu sein. Die Berufsleute betreiben oft ein eigenes Center und unterrichten zusätzlich stundenweise z. B. in einem Quartiertreff, in Grossfirmen oder anderen Institutionen. Die Arbeitszeiten sind oft unregelmässig, meistens wird auch abends und an den Wochenenden gearbeitet. Das Einkommen kann je nach Auftragslage stark variieren.

Weitere Informationen

OdA Bewegung und Gesundheit
Dachverband der Bewegungsberufe
Schweiz
3000 Bern
Telefon: +41 848 000 423
www.bewegungsgesundheit.ch

Schweiz. Fitness- und
Gesundheitscenter Verband SFGV
3000 Bern
Telefon: +41 848 893 802
www.sfgv.ch/home

Berufsverband für Gesundheit und
Bewegung Schweiz
8052 Zürich
Telefon: +41 44 300 60 60
www.bgb-schweiz.ch

Allgemeine Informationen:
www.berufsberatung.ch

Verwandte Berufe

Berufsfeld / SD

Trainer/in Leistungssport BP

5 / 0.721.25.0