

Margrit Frei

hat die Gesamtausbildung Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis absolviert und die Prüfungen mit Erfolg bestanden.

Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis

Der Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis hat die Ausbildungen Fitness Betreuer, Kundenberater und Fitness Trainer erfolgreich absolviert. Er erfüllt die QUALITOP Anforderungen und kann die Mitglieder im Fitnesscenter kompetent beraten und langfristig betreuen.

Abschlussdatum: Juni 2016

Ort: Zürich

SAFS Schulsekretariat



SAFS Geschäftsführer



Ausbildungsinhalte

Fachwissen

Anatomie & Physiologie, Grundlagen der Biomechanik, Basiskwissen Sportmedizin

Training

Prinzipien der Programmgestaltung und Trainingsplanung für Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit, Funktionelle Übungen für gesundheits-, fitness- oder leistungsorientiertes Training im Fitnesscenter

Betreuung

Grundlagen zu Dienstleistung, Kommunikation und Motivation, Telefon-, Verkaufs- und Beratungstraining, zielorientiert betreuen

Beratung

Sauna, Solarium, Ernährung und CPR-Ausbildung

EDUQUA
anerkannt



swiss academy of fitness & sports

diplom