Fitnessberatung und Ernährung mit Fitnessmanagement

Gewichtsmanagement & Diaetberatung · Anbieter: IU Akademie IU Internationale Hochschule

FÖRDERUNG & KOSTEN

Kurspreis: auf Anfrage

Förderfähig über: Bildungsgutschein

AZAV-zertifizierter Bildungsträger — Förderung durch die Agentur für Arbeit möglich

Kursdaten auf einen Blick

Durchführung	Online
Lernformat	Self-Paced
Dauer	6 Monate in Vollzeit oder 12 Monate in Teilzeit
Unterrichtssprache	Deutsch
Kursstart	Startet alle 14 Tage
Vorkenntnisse	Keine Vorerfahrung
Abschluss	Zeugnis auf Hochschulniveau
Inklusive	Berufscoaching, Notebook / Tablet (geliehen)

Bildungsträger & Kontakt

IU Akademie IU Internationale Hochschule
Juri-Gagarin-Ring 152, 99084 Erfurt
Telefon: 030 22027283
E-Mail: weiterbildung@iu-akademie.de
Web: https://www.iu-akademie.de

Kurs online ansehen

01 Kursbeschreibung

Die Fitness- und Gesundheitsbranche boomt und Du möchtest Teil davon sein? Mit der Weiterbildung Fitnessberatung und Ernährung mit Fitnessmanagement bekommst Du alles, was Du brauchst, um in diesem dynamischen Markt erfolgreich zu sein. Du lernst die Grundlagen der Trainings- und Ernährungslehre kennen und erfährst, wie Du diese Kenntnisse gezielt für verschiedene Zielgruppen einsetzen kannst. Du beschäftigst Dich intensiv mit der Gesundheitsökonomie und erhältst Einblicke in den zweiten Gesundheitsmarkt. Darüber hinaus lernst Du die Besonderheiten der Fitnessmärkte kennen und erhältst wertvolle Einblicke in das Fitnessmanagement. Mit Deiner Weiterbildung Fitnessberatung und Ernährungsberatung mit Fitnessmanagement bist Du bestens vorbereitet, um Deine Kund:innen auf ihrem Weg zu einem gesünderen Lebensstil zu begleiten und gleichzeitig Deine Karriere in der Fitness- und Gesundheitsbranche voranzutreiben.

Hinweis: Diese Weiterbildung ist nicht durch das Diätassistentengesetz (DiätAssG) geregelt.

02 Lehrplan & Module

1. Gesundheitsökonomie I (Zielgruppenarbeit)

Zielgruppenarbeit wird betrieben, wenn Maßnahmen oder Aktivitäten nicht pauschal auf die Allgemeinheit angewendet, sondern strategisch auf bestimmte Personenkreise zugeschnitten werden. In diesem Kurs lernen die Studierenden die verschiedenen Methoden und Konzepte von Zielgruppenarbeit kennen und auf praktische Fragestellungen aus dem Gesundheitsbereich anzuwenden.
Kursinhalte
Zielgruppenarbeit im Gesundheitswesen Merkmale und Abgrenzung von Zielgruppen
Akteure und Handlungsbereiche
Diversität in der Zielgruppenarbeit
Meinungsbildung in der Gesetzgebung
Chancen und Risiken der Zielgruppenarbeit
Methoden und Prinzipien der Zielgruppenarbeit Informationsmanagement und Kommunikationsstrategien
Kampagnen
Öffentlichkeitsarbeit
Soziale Medien
Stellungnahmen
Konzepte zur Patientenorientierung Care Management
Patient Empowerment
Das Konzept der Patient Journey
Anwendungsbereiche in der Praxis Prävention und Gesundheitsförderung
Arztpraxen und Krankenhäuser
Arzneimittelversorgung
Private Gesundheitsleistungen (Zweiter Gesundheitsmarkt)
Gesetzliche Krankenkassen
Betriebliches Gesundheitsmanagement
Stakeholder Management, Lobbyismus und Advocacy Grundlagen und begriffliche Abgrenzung
Verbände und Strukturen
Interessenskonflikte und Koalitionen
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte · Modulprüfung: Examen, 90 Minuten

2. Gesundheitsökonomie II (Zweiter Gesundheitsmarkt)

Während der erste Gesundheitsmarkt die klassische Gesundheitsversorgung und damit im Wesentlichen die von der Kranken- bzw. Pflegeversicherung übernommenen Leistungen umfasst, beinhaltet der zweite Gesundheitsmarkt alle privat zu finanzierenden gesundheitsbezogenen Produkte und Dienstleistungen. Die Nachfrage nach Produkten und Leistungen des zweiten Gesundheitsmarktes ist in der Vergangenheit aufgrund der demografischen Entwicklung, des medizinisch-technischen Fortschritts sowie eines steigenden Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung stark angestiegen. Dieser Kurs behandelt die Dynamik des zweiten Gesundheitsmarktes und erläutert die verschiedenen Produkte und Dienstleistungen sowie deren Bezug zum ersten Gesundheitsmarkt.
Kursinhalte
Gesundheitsmärkte Marktdefinition und Preisbildung
Besonderheiten des Gesundheitsmarktes
Definition und Abgrenzung Zweiter Gesundheitsmarkt
Marktentwicklung Gesetzliche Grundlagen und Zugangswege
Wirtschaftliche Bedeutung in Deutschland
Perspektiven der Marktentwicklung
Produkte und Dienstleistungen des zweiten Gesundheitsmarktes Individuelle Gesundheitsleistungen
Freiverkäufliche Arzneimittel
Digital-Health-Anwendungen
Gesundheitstourismus
Fitness, Wellness und Ernährung
Innovationstransfer Finanzierung und Kapitalbeschaffung
Marktchancen und Risiken
Transfer in den Versorgungsalltag
Chancen und Risiken aus Verbrauchersicht Bildung, Einkommen und Gesundheit
Freiheit, Solidarität und Gerechtigkeit
Einfluss von Interessengruppen
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte

3. Grundlagen der Trainings- und Ernährungslehre

Im Rahmen des Kurses „Grundlagen der Trainings- und Ernährungslehre“ erstellen die Studierenden zu einem ausgewählten Thema eine Fachpräsentation. Die Studierenden sollen so unter Beweis stellen, dass sie die Grundlagen der Trainings- und Ernährungslehre verstanden haben, die theoretischen Grundlagen in der Praxis anwenden können und diese Ergebnisse strukturieren, dokumentieren und präsentieren können.
Kursinhalte
Allgemeine Trainingslehre Anatomische Grundlagen
Physiologie als Basis der Trainingslehre
Grundlegende Trainingsprinzipien
Grundlagen des Krafttrainings Arten und Einflussfaktoren von Krafttraining
Auswirkungen von Krafttraining auf den Bewegungsapparat
Sportmotorische Testverfahren zur Kraftmessung
Planung und Durchführung von Krafttraining
Grundlagen des Ausdauertrainings Arten und Einflussfaktoren von Ausdauer
Trainingssteuerung im Ausdauertraining
Leistungsdiagnostische Verfahren zur Leistungsmessung
Trainingsplanung im Ausdauertraining
Grundlagen des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings Definition und Einflussfaktoren von Beweglichkeit
Testverfahren zur Beweglichkeitsmessung
Beweglichkeitstraining in der Praxis
Durchführung und Planung von Koordinationstraining
Grundlagen der Ernährungslehre Definition und Aufgaben der Ernährung
Energiegewinnung und -bedarf des Menschen
Makro- und Mikronährstoffe
Grundlagen der Sporternährung
Nahrungsergänzung im Sport
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte · Modulprüfung: Fachpräsentation

4. Ernährungslehre und Angewandte Ernährungslehre

Neben dem grundlegenden Wissen über die Nahrungszusammensetzung, die Nährstoffe, Bioverfügbarkeit und Nährstoffdichte, vermittelt die Ernährungslehre und Angewandte Ernährungslehre Kenntnisse über den Energieumsatz, die Einflussfaktoren auf den Nährstoffbedarf, die Ermittlung des Ernährungszustandes sowie theoretisches Wissen über entsprechende, wesentliche Messmethoden. Die Zufuhrempfehlungen relevanter Fachgesellschaften werden erläutert und diskutiert. Die Studierenden kennen die Ernährungssituation in Deutschland und verstehen die Anforderung an die Ernährung in bestimmten Bevölkerungsgruppen und Lebenssituationen. Die Studierenden setzen sich mit verschiedenen Kostformen, Ernährungsweisen und der klinischen Ernährung und deren Vor- und Nachteilen auseinander.
Kursinhalte
Grundlagen der Ernährungslehre Nahrungszusammensetzung
Nährstoffumsatz, Bioverfügbarkeit, Nährstoffdichte
Makronährstoffe
Mikronährstoffe
Energie, Nährstoffbedarf und Ernährungszustand des gesunden Menschen Energieumsatz (Grundbegriffe, Messmethoden)
Messmethoden der Energie- und Nährstoffzufuhr (Ernährungsprotokolle, weighed intake)
Einflussfaktoren auf den Nährstoffbedarf
Messung und Schätzung des Nährstoffbedarfs
Ernährungssituation in Deutschland sowie nationale und internationale Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr
Ernährungssituation in Deutschland
Nährstoffbasierte Zufuhrempfehlungen
Referenzwerte D-A-CH
Empfehlungen des Food & Nutrition Board, Institute of Medicine, USA
Ermittlung des Ernährungszustandes Ausgewählte Methoden zur Ermittlung der Körperzusammensetzung
Laborparameter (Albumin, Transferrin, Präalbumin, retinolbindendes Globulin, Kreatininausscheidung, 3-Methylhistidin)
Handkraft zur Ermittlung der Muskelfunktion
Ernährung bestimmter Bevölkerungsgruppen Säuglinge und Kleinkinder
Schulkinder und Jugendliche
Schwangere und Stillende
Ältere Menschen
Sportler:innen
Verschiedene Kostformen und klinische Ernährung Vollkost
Angepasste Vollkost
Vegetarische Kostformen
Konsistenzdefinierte Kostformen
Sonstige Kostformen
Enterale und parenterale Ernährung
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte · Modulprüfung: Workbook

5. Fitnessmärkte

In diesem Kurs lernen die Studierenden den Fitnessmarkt und die Akteure auf dem Fitnessmarkt detailliert kennen. Der Fitnessmarkt umfasst vielfältige Bereiche, die allesamt betrachtet werden. Der Hauptfokus liegt dabei auf den Grundlagen des Fitnessstudios innerhalb des Fitnessmarktes sowie den direkt beteiligten Akteuren auf den verschiedenen Untermärkten des Fitnessbereichs. Darüber hinaus werden ausgewählte Kennzahlen der Fitnessbranche erörtert. Abschließend werden noch die zukünftigen Entwicklungen auf dem Fitnessmarkt angeschnitten. Insbesondere der Bereich der Digitalisierung wird dabei hervorgehoben.
Kursinhalte
Grundlagen der Fitnessbranche Begriffsdefinition von Fitness
Abgrenzung zu anderen Sportbranchen
Kennzahlen und Daten zur Fitnessbranche
Der Fitnessmarkt in Deutschland Sportmärkte – Eine Übersicht
Fragmentierungsgeschäft im Fitnessbereich
Bedeutung des Fitnesssports in der Gesellschaft
Akteure auf dem Fitnessmarkt Fitnessstudios
Fitnessindustrie
Ausbildungsorganisationen
Unternehmensberatungen
Medien auf den Fitnessmärkten
Der Markt der Fitnessstudios Zertifizierungen auf dem Fitnessmarkt
Direkte Märkte von Fitnessstudios
Indirekte Märkte von Fitnessstudios
Erweiterte Angebote von Fitnessstudios
Die Zukunft der Fitnessbranche Der Branchenlebenszyklus als Ausgangspunkt
Der Stellenwert von Mitarbeitern in der Fitnessbranche
Digitalisierung in der Fitnessbranche
Weitere Trends in der Fitnessbranche
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte

6. Fitnessmanagement

Der boomende Fitnessmarkt erhöht die Anforderungen an das Management von Fitnessstudios. Die richtige Führung und Motivation der Mitarbeiter führt zu einer Steigerung der Dienstleistungsqualität und dadurch zu verbesserten Bedingungen. Diese Bedingungen müssen mit Hilfe eines aktiven Vertriebsmanagements den potenziellen Kunden nähergebracht werden. Die Zufriedenheit und Bindung der Kunden werden durch ein gezieltes Customer-Relationship-Management auf ein hohes Niveau gebracht. Um sich gegenüber Konkurrenten zu behaupten, ist ein aktives Markenmanagement ein Erfolgsfaktor, welcher durch gezielte Maßnahmen eingebracht werden muss. Die interne Organisation des Sportbetriebs spielt in der Praxis ebenso wie die rechtlichen Grundlagen eine wichtige Rolle, um einen reibungslosen und erfolgsversprechenden Betrieb des Fitnessstudios zu gewährleisten.
Kursinhalte
Grundlagen des Fitnessmanagements Begriffsdefinition & Gegenstand des Fitnessmanagements
Entwicklung des Fitnessmarktes
Führung und Leadership in der Fitnessbranche Führung in der Dienstleistungsbranche
Mitarbeiterqualifikation als Grundlage des Erfolgs
Servicemanagement
Vertriebsmanagement in der Fitnessbranche Vertriebskanäle in der Fitnessbranche
Das Verkaufsgespräch im Fitnessstudio
Customer-Relationship-Management als Basis des Fitnessmanagements Kundenzufriedenheit
Kundenbindung
Markenmanagement im Fitnesssektor Grundlagen des Markenmanagements in der Fitnessbranche
Aufbau einer Fitnessmarke
Entrepreneurship in der Fitnessbranche Standortwahl als Erfolgsfaktor
Raumbedarfsplanung im Fitnessstudio
Rechtliche Grundlagen in Fitnessstudios Vertragsgestaltung im Fitnessstudio
Haftungsfragen im Fitnessstudio
Management des Sportbetriebs Grundlagen der Trainingsplanung
Trainingssteuerung
Fakten zum Modul: Niveau: Bachelor · Unterrichtssprache: Deutsch · 5 ECTS-Punkte

03 Enthaltene Zertifikate

Trägerzertifikat: Zeugnis auf Hochschulniveau

04 Voraussetzungen

Vorkenntnisse

Niveau: Keine Vorerfahrung

Zulassungsvoraussetzung: gute Deutschkenntnisse auf B2-Niveau.

Die Weiterbildung ist auf dem inhaltlichen Niveau eines Bachelor Studiengangs. Eine Weiterbildung auf Bachelor-Niveau vermittelt grundlegende Kenntnisse und Fähigkeiten in einem bestimmten Fachbereich.

Technische Voraussetzungen

Laptop mit Internetzugang.

05 Zielgruppen & Berufsperspektiven

- Arbeitssuchende
- Fachkräfte

Mögliche Berufsbilder: Fitnessfachwirt, Fitnesstrainer, Personal Trainer

NÄCHSTER SCHRITT

Kursdetails online ansehen und Anbieter kontaktieren

IU Akademie IU Internationale Hochschule · Juri-Gagarin-Ring 152, 99084 Erfurt
030 22027283 · weiterbildung@iu-akademie.de · https://www.iu-akademie.de

Online ansehen