



**Verband für  
Modernen Fünfkampf NRW e.V.**



**Deutscher Verband  
für  
Modernen Fünfkampf e.V.**

## **Fitnessstrainerausbildung 2017**

Die Ausbildung versteht sich als Grundausbildung des Cardio- und Gerätetrainings. Im Anschluss besteht die Möglichkeit das erworbene Wissen in Wochenendlehrgängen zu verschiedenen Schwerpunktthemen zu erweitern.

Alle Interessenten sollten ein sportliches Grundverständnis und Basiskenntnisse mitbringen. Erfahrungen im Training, insbesondere im Gerätetraining sind wünschenswert. Im Bedarfsfall kann eine Eingangsprüfung erfolgen. Zum Erhalt einer gültigen B-Lizenz ist eine ÜL-C-Lizenz oder eine vergleichbare Ausbildung erforderlich.

- Die Ausbildung:** Die Ausbildung wurde von den Studioleitern der Großsportvereine in NRW entwickelt und umfasst insgesamt 120 Lerneinheiten
- Zeitraum:** 09.09. - 10.12.2017
- Abschluss:** ÜL-B-Lizenz des DOSB und Zertifikat (bei bestandener Abschlussprüfung), ansonsten Teilnahmebescheinigung.
- Ausbildungsorte:** Vereinseigene Fitnessstudios in Langenfeld, Uerdingen und Hilden Ort statt, den wir vor Lehrgangsbeginn bekannt geben.
- Prüfungen:** Teilprüfungen in Anatomie/Physiologie, Gerätekunde und Trainingslehre, Mündlich-praktische Abschlussprüfung
- Veranstalter:** Verband für Modernen Fünfkampf NRW und FBV NRW
- Anmeldung:** schriftlich mit beiliegender Anmeldung. Zudem wird um eine formlose, schriftliche Darstellung der sportlich-fachlichen Kenntnisse gebeten, vorhandene Lizenzen oder Ausbildungen bitte in Kopie beifügen
- Lehrgangskosten:** 950,00 Euro bzw. 800,00 Euro Mitglieder der Mitgliedsvereine des Landesverbandes für Modernen Fünfkampf NRW oder des Freizeit- und Breitensportverbandes NRW für die Vermittlung der Ausbildungsinhalte. Die Lehrgangskosten enthalten keine Verpflegung und keine Unterbringung an den Ausbildungsorten.



**Verband für  
Modernen Fünfkampf NRW e.V.**



**Deutscher Verband  
für  
Modernen Fünfkampf e.V.**

**Anmeldung:** Die Anmeldung erfolgt schriftlich an den Landesverband für Modernen Fünfkampf NRW e.V.,  
Tel: 0221 - 169 42 23, Fax: 0221 - 169 42 31,  
E-Mail: [heinz.huber@fuenf-nrw.de](mailto:heinz.huber@fuenf-nrw.de)  
Die Anzahl der Ausbildungsplätze ist auf zwanzig begrenzt.

**Ausbildungsinhalte:**

- ⇒ Anatomie / Physiologie
- ⇒ Trainingslehre
- ⇒ Gerätekunde
- ⇒ Die Rolle des Trainers im Studio
- ⇒ Anamnese und Testung



**Verband für  
Modernen Fünfkampf NRW e.V.**



**Deutscher Verband  
für  
Modernen Fünfkampf e.V.**

**Ausbildungstermine:** Die Ausbildung findet an 6 Wochenenden jeweils von 9 - 18 Uhr.

- ⇒ 09. / 10.09.17 Hilden
- ⇒ 23./ 24.09.17 Uerdingen
- ⇒ 14. / 15.10.17 Uerdingen
- ⇒ 18. / 19.11.17 Hilden
- ⇒ 25. / 26.11.17 Langenfeld
- ⇒ 09. / 10.12.17 Langenfeld

**Referenten:**

Ulrich Herbeck: Diplomsportlehrer, Privatdozent an diversen Physiotherapie- und Krankengymnastikschulen mit den Schwerpunkten Biomechanik und Behandlung orthopädischer Krankheitsbilder, Dozent des VDB, viele Jahre Leiter eines ambulanten Rehabilitationszentrums im Rahmen der EAP/AOTR.

Felix Krane: Neurowissenschaftler (B.Sc.) und Student der Humanmedizin. Mitarbeiter im Bereich der Leistungsdiagnostik am Olympiastützpunkt Rheinland. Ehemaliger Leistungssportler im Rudern mit einer Junioren Weltmeisterschaft im Achter.

**Bankverbindung:**

Verband für Modernen Fünfkampf NRW e.V.,  
Sparkasse KölnBonn, IBAN DE73370501981933195909.