

**Ausbildungsmodulare  
Nr.**

	Fitnessinstruktor/in	Med. Fitnessinstruktor/in	Personaltrainer/in	Wellnesstrainer/in	Wellnessmanager/in	Gesundheitsmasseur/in	Berufsmasseur/in	Ernährungsberater/in	Mentaltrainer/in	Prävensanologe/in	Ausbildungstage	Ausbildungsstunden
1. Anatomie, Physiologie	●	●	●	●	●	●	●	●		●	5	35
2. Pathologie, Sportverletzungen	●	●	●	●	●	●	●	●		●	5	35
3. Erste Hilfe, Emergency Manager	●	●	●	●	●	●	●			●	2	14
4. Krafttraining	●	●	●	●	●					●	5	35
5. Trainingslehre	●	●	●	●	●					●	4	28
6. Ernährung 1 (Ernährungslehre)	●	●	●	●	●			●		●	2	14
7. Sporternährung	●	●	●					●		●	2	14
8. Entspannung / Autogenes Training				●	●				●	●	2	14
9. Aerobic / Gymnastik / Stretching				●	●						5	35
10. Massage 1 (GKM)				●		●	●			●	5	35
11. Massage 2 (FRZM)						●	●			●	5	35
12. Wickel / Fango				●		●	●			●	1	7
13. Atmung / Atemtraining				●		●	●		●	●	2	14
14. Blütenessenzen										●	3	21
15. Heilmittel / Phytotherapie										●	3	21
16. Mentaltraining 1									●	●	2	14
18. Verkauf / Betreuung / Produkte	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	1	7
19. Geschäftskunde	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	1	7
20. Gesprächsführung / Psychologie / Psychosomatik	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	2	14
21. Präsentation / Vortragstechnik				●	●			●	●	●	2	14
22. Prävention / Gesundheitsförderung	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	2	14
23. Homöopathische Hausapotheke										●	2	14
24. Gruppenarbeit / Supervision 1	●	●				●		●	●		2	14
26. Wassergymnastik				●	●						2	14
27. Nordic Walking			●	●	●					●	2	14
28. Gruppenarbeit / Supervision 2				●	●					●	12	84
29. Wellness / Bäder / Sauna				●	●						5	35
31. Massage 3 (Rücken-Wirbelsäule)						●	●				2	14

## Ausbildungsmodulare Nr.

	Fitnessinstruktor/in	Med. Fitnessinstruktor/in	Personaltrainer/in	Wellnesstrainer/in	Wellnessmanager/in	Gesundheitsmasseur/in	Berufsmasseur/in	Ernährungsberater/in	Mentaltrainer/in	Präventionsloge/in	Ausbildungstage	Ausbildungsstunden
32. Massage 4 (Vertiefung GKM)						●	●				2	14
33. Massage 5 (Vertiefung FRZM)						●	●				2	14
34. Ernährung 2 (Diätformen)			●	●	●			●		●	2	14
35. Ernährung 3 (Ernährungsplanung)			●	●	●			●		●	1	7
36. Ernährung 4 (Reformhaus/Nahrungsmittelallergien)								●			2	14
37. Mentaltraining 2									●	●	2	14
38. Mentaltraining 3									●		2	14
39. Mentaltraining 4									●		2	14
42. Hot Stone Massage											1	7
43. Aerobic, Gymnastik Advanced											2	14
44. Ernährung 5 /Ernährungsberatung								●			2	14
45. Vertiefung Anatomie/Physiologie		●					●				1	7
46. Vertiefung Pathologie		●					●				1	7
47. Medizinische Anamnese und Diagnostik		●					●			●	1	7
48. Schmerzanamnese		●					●				1	7
49. Rehabilitation		●					●				1	7
50. Vert. Anatomie/Sinnesorgane		●					●				1	7
51. Spezielles Rückentraining		●					●				2	14
52. Praktisches Rehabilitationstraining		●									3	21
53. Hygiene / Infektionslehre					●		●			●	1	7
54. Massage 6 (spez.Rücken/Nacken)							●				5	35
55. Massage 7 (spez.Gelenk/Extrem.)							●				5	35
59. Gäste- und Kundenorientierung					●						1	7
60. Unternehmensführung					●						2	14
61. Projektmanagement					●						3	21
62. Personalmanagement					●						3	21
63. Finanz- und Rechnungswesen					●						2	14
71. MFT Basismodul	●	●	●	●						●	1	7
73. MFT Rückenfit			●								1	7
76. Lymphdrainage											5	35
78. Personaltraining			●								3	21
79. Massage 8 (Vert. GKM Patienten)							●				3	21