

Stand Juni 2020

Kursbereich	Methode	EBQ minimal	Ausbildung	Umfang/Abschluss	Zusatzausbildung	Umfang
Groupfitnesstraining	Aerobic	2	Groupfitness	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50		
	Aquafitness	2	Aquafitness	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50	gültiger BLS/AED Rettungsschwimmbrevet Basis Pool; für Tiefwasser Plus Pool oder Plus Safety nicht älter als 4 Jahre	Die Qualifikationsüber- prüfung erfolgt über swimsports.ch. Informationen dazu erteilt admin@swimsports.ch
	Ausdauertraining	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50		
	Fit-Gym	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50		
	Nia	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25	Nia white belt	
	Power Yoga	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25	Power Yoga	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25
	Running	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25	Running Coach oder EBQ 5	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25
Funktionelles Bewegungstraining	Antara®	2	Groupfitnesse oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25	Antara Stufe 1	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25
	Beckenbodentraining	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)	Beckenbodentraining	Kontaktstunden 30 Selbststudium 27 oder EBQ 5
	BGB Osteofitness®	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)	BGB Osteofitness®	oder EBQ 5

	Gymnastik	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)		
	Körpertraining für Senioren	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)		
	Nordic Walking	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50	Nordic Walking oder EBQ 5	Kontaktstunden 10 Selbststudium 9 Berufspraxis 11 oder EBQ 5
	Personaltraining	4	Groupfitness oder Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B) EFZ B+G	Personaltraining oder EBQ 5	Kontaktstunden 50 Selbststudium 45 Berufspraxis 25 oder EBQ 5
	Pilates	3	Funktionelles Training	Pilatestrainer BGB oder äquivalente Ausbildung	Pilates	Kontaktstunden 150 Selbststudium 135 Berufspraxis 100
	Sturzprophylaxe	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)	Sturzprophylaxe	Kontaktstunden 30 Selbststudium 27 oder EBQ 5
	Walking	2	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 100 Selbststudium 90 Berufspraxis 50	Walking od EBQ 5	Kontaktstunden 10 Selbststudium 9 Berufspraxis 11 oder EBQ 5
Spezielle Bewegungs- und Entspannungsmethoden	Autogenes Training	3	Groupfitness oder Funktionelles Training	Kontaktstunden 150 Selbststudium 135 Berufspraxis 100	Autogenes Training	Kontaktstunden 30 Selbststudium 27
	BGB Biokinematiktraining®	5	Funktionelles Training	EBQ 5	Biokinematiktrainer BGB	
	BGB Embodiment®	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)	Embodimenttrainer BGB	
	Tai Chi	3	Funktionelles Training	Tai Chi Lehrer/-in SGQT/ASQT	Tai Chi	
	Qi Gong	3	Funktionelles Training	Qi Gong Lehrer/-in SGQT/ASQT	Qi Gong Zusatz oder Qi Gong Ausbildung STQT/ASQT	
	Yoga	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B) oder Yogalehrer SYV / YCH	Yoga	Kontaktstunden 150 Selbststudium 135 Berufspraxis 50
Rücken+Haltung	Rückengymnastik	4	Funktionelles Training	Level 1 BGB Gesundheitstrainer (Fachrichtung K+B)		

	Rückenschule	5	Funktionelles Training	Level 1 BGB	BGB SpineCare oder EBQ 5	
Mutterschaft	Geburtsvorbereitung	5	Funktionelles Training oder Hebamme	Fachfrau BirthCare BGB oder Weiterbildungsmodul Hebammenverband	Fachfrau BGB BirthCare® oder Fachmodul Hebammenverband	
	Schwangerschaftsgymnastik	5	Funktionelles Training	Level 2 BGB	Schwangerschafts-gymnastik	Kontaktstunden 36 Selbststudium und Berufspraxis 34
	Rückbildung	5	Funktionelles Training oder Hebamme	Level 2 BGB oder Weiterbildungsmodul Hebammenverband	Rückbildung	Kontaktstunden 36 Selbststudium und Berufspraxis 34
Tanz	HipHop	3	Funktionelles Training oder Tanz		HipHop	
	Jazzgymnastik	3	Funktionelles Training oder Tanz		Jazzgymnastik oder Jazztanz	
	Paartanz	3	Funktionelles Training oder Tanz		Paartanz	
	Tanz für Senioren	4	Funktionelles Training oder Tanz			

Glossar

Kontaktstunden:	Lernen im Rahmen von Lernveranstaltungen in einer Ausbildungsinstitution, geleitet durch eine Fachperson.
Selbststudium:	Studium von Lehrmitteln, schriftlichen Kursunterlagen, E-Learning. Darf maximal 90% der Kontaktstunden betragen.
Berufspraxis	Hospitationen, Praktikas, Unterrichtsassistenz, selbst geleitete Kurseinheiten. Werden entsprechend höhere Kontaktstunden als minimal gefordert belegt, so können diese anstelle der Berufspraxis angerechnet werden bis zu 50% der minimal geforderten Berufspraxis.
Ausbildungsabschluss:	Die geforderte Ausbildung muss Lernzielkontrollen und/oder Prüfungen beinhalten.
Gesundheitstrainer:	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer/-in mit Fachrichtung
Fachrichtung K+B:	Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung
EFZ B+G	Eidg. Fähigkeitszeugnis Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung
EBQ:	Einordnungsraster der Berufsqualifikationen der OdA Bewegung und Gesundheitsförderung (siehe www.bewegung-und-gesundheit.ch)

Weiterbildungspflicht Durch Fitnessclassification zertifizierte Kursleiter unterstehen der Weiterbildungspflicht gemäss Weiterbildungsreglement BGB Schweiz. Die Erfüllung der Weiterbildungspflicht wird anlässlich der Rezertifizierung überprüft. Weitere Informationen dazu erhalten Sie im Dokument Kursleiterliste Fitness-Guide in Tabelle 5.