

März 2024

Die Bewegungsausbildung (Groupfitness oder Funktionelles Training) wird entweder nach Stundenanzahl oder nach Abschluss eingeschätzt

Kursbereich	Methode	EBQ	Total Stunden	Abschluss	Spezialisierung *	mind. Anteil Spezialisierung (Stunden)/Abschluss	Bemerkungen
<b>Groupfitnesstraining</b>	<b>Aerobic</b>	2	Kontaktstunden 100		Aerobic	Kontaktstunden 20	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>Aqua-Fitness</b>	2	Kontaktstunden 100		Aquafitness inkl. Rettungsschwimmertüchtiger BLS/AED Rettungsschwimm brevet Basis Pool; für Tiefwasser Plus Pool oder Plus Safety nicht älter als 4 Jahre		Die Qualifikationsüberprüfung erfolgt über swimsports.ch. Informationen dazu erteilt admin@swimsports.ch
	<b>Ausdauertraining</b>	2	Kontaktstunden 100		keine		
	<b>Fit-Gym</b>	2	Kontaktstunden 100		keine		
	<b>Nia</b>	2	Kontaktstunden 100		Nia	Kontaktstunden 40 oder Nia White Belt	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>Power Yoga</b>	2	Kontaktstunden 100		Power Yoga	Kontaktstunden 50	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>Running</b>	2	Kontaktstunden 100		Running	Kontaktstunden 20	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
<b>Funktionelles Bewegungstraining</b>	<b>Antara®</b>	2	Kontaktstunden 100		Antara	Kontaktstunden 50 oder Antara Stufe 1	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>Beckenbodentraining</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Beckenbodentraining	Kontaktstunden 30	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>BGB Osteofitness®</b>	4	Kontaktstunden 400	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	BGB Osteofitness®	Kontaktstunden 12	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>Gymnastik</b>	4	Kontaktstunden 400	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Gymnastik	Kontaktstunden 30	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>Senioretraining</b>	4	Kontaktstunden 400	Branchenzertifikat (beide Fachrichtungen)	Bewegung im Alter	Kontaktstunden 30	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>Nordic Walking</b>	2	Kontaktstunden 100		Nordic Walking	Kontaktstunden 20	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.

	<b>Personaltraining</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (beide Fachrichtungen)	Personaltraining	Kontaktstunden 30	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>Pilates</b>	2+	Kontaktstunden 150	Pilatestrainer BGB	Pilates	Kontaktstunden 150	
		3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Pilates	Kontaktstunden 100 oder Pilatestrainer/-in BGB	
	<b>Sturzprophylaxe</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Sturzprophylaxe	Kontaktstunden 30	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
	<b>Walking</b>	2	Kontaktstunden 100		Walking	Kontaktstunden 20	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
<b>Spezielle Bewegungs- und Entspannungsmethoden</b>	<b>Autogenes Training</b>	2	Kontaktstunden 100		Autogenes Training	Kontaktstunden 30	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>BGB Biokinetiktraining®</b>	5	Kontaktstunden 800	eidg. Fachausweis (Fachrichtung K+B)	BGB Biokinetik®	Kontaktstunden 60 oder Biokinetiktrainer/-in BGB	
	<b>Tai Chi</b>				Tai Chi	Tai Chi Lehrer/-in SGQT/ASQT	
		3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Tai Chi	Kontaktstunden 100	
	<b>Qi Gong</b>				Qi Gong	Qi Gong Lehrer/-in SGQT/ASQT	
		3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Qi Gong	Kontaktstunden 100	
	<b>Yoga</b>				Yoga	Yogalehrer SYV / YCH	
		4	Kontaktstunden 400	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Yoga	Kontaktstunden 200	
<b>Rücken+Haltung</b>	<b>Rückengymnastik</b>	4	Kontaktstunden 400	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Rückentraining	Kontaktstunden 30 oder Rückentrainer/-in BGB	Ab EBQ 5 ohne zusätzliche Weiterbildung qualifiziert.
<b>Mutterschaft</b>	<b>Geburtsvorbereitung</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Geburtsvorbereitung	Kontaktstunden 30 oder Fachfrau BirthCare BGB	
	<b>Schwangerschaftsgymnastik</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Schwangerschaftsgymnastik	Kontaktstunden 30 oder Fachfrau BirthCare BGB	
	<b>Rückbildung</b>	3	Kontaktstunden 200	Branchenzertifikat (Fachrichtung K+B)	Rückbildung	Kontaktstunden 30 oder Fachfrau BirthCare BGB	
<b>Tanz</b>	<b>Solotanz</b>	2	Kontaktstunden 100		Tanzrichtung(en) im Solotanz	Kontaktstunden 50	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	<b>Paartanz</b>	2	Kontaktstunden 100		Tanzrichtung(en) im Paartanz	Kontaktstunden 50	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.

#### Glossar

- \* Die geforderten Inhalte der Spezialisierung können im entsprechenden Umfang in der Bewegungsausbildung enthalten sein. Nachweis durch die Antrag Stellenden erforderlich.
- Kontaktstunden: Lernen im Rahmen von Lernveranstaltungen in einer Ausbildungsinstitution, geleitet durch eine Fachperson.
- Ausbildungsabschluss: Die geforderte Ausbildung muss Lernzielkontrollen und/oder Prüfungen beinhalten.
- Branchenzertifikat Stufe 3: Trainer/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung (EBQ 3)
- Branchenzertifikat Stufe 4: Gesundheitstrainer/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung (EBQ 4)
- Fachrichtung K+B: Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung
- EBQ: Einordnungsraster der Berufsqualifikationen der OdA Bewegung und Gesundheit ([www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch))

#### Weiterbildungspflicht

Durch Fitnessclassification zertifizierte Kursleiter unterstehen der Weiterbildungspflicht gemäss Weiterbildungsreglement BGB Schweiz (2 Tage im Jahr). Die Erfüllung der Weiterbildungspflicht wird anlässlich der Rezertifizierung überprüft. Weitere Informationen dazu erhalten Sie im Dokument Kursleiterliste Fitness-Guide in Tabelle 5.