

Kursbereich	Methode	Bewegungsausbildung Abschluss / Stunden (Äquivalenz) *	geforderte Spezialisierung	Spezialisierung Abschluss / Stunden (Äquivalenz) *	Bemerkungen
Groupfitnesstraining	Aerobic	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Aerobic	20 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	Aqua-Fitness	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Aquafitness inkl. Rettungsschwimmen	gültiger BLS/AED Rettungsschwimmbrevet 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
	Ausdauertraining	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	keine		
	Fit-Gym	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	keine		
	Nia	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Nia	Nia White Belt oder 40 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	Power Yoga	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Power Yoga	50 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	Running	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Running	20 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
Funktionelles Bewegungstraining	Antara®	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Antara	Antara Stufe 1 oder 50 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	Beckenbodentraining	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Beckenbodentraining	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	BGB Osteofitness®	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	BGB Osteofitness®	12 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Gymnastik	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Gymnastik	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Seniorentraining	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Bewegung im Alter	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Nordic Walking	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Nordic Walking	20 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Personaltraining	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Personaltraining	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Pilates	enthalten in der Spezialisierung Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Pilates	Berufstitel Pilatetrainer BGB (= 150 Stunden) 100 Stunden	
	Rhythmisches Bewegungsangebot	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Rhythmisches Bewegen, Rhythmik	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Sturzprophylaxe	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Sturzprophylaxe	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
Spezielle Bewegungs- und Entspannungsmethoden	Walking	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Walking	20 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert. Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Achtsamkeitstraining	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Achtsamkeitstraining, Embodiment	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Atemgymnastik	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Atemgymnastik, Atemtraining	30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.

	Autogenes Training	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Autogenes Training	30 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	BGB Biokinetiktraining®	eidg. Fachausweis oder 800 Stunden	BGB Biokinetik®	Berufstitel Biokinetiktrainer BGB oder 60 Stunden	
	Gesundheitscoaching	eidg. Fachausweis oder 800 Stunden	Gesundheitscoaching	60 Stunden	Mit eidg. Diplom ohne Spezialisierung möglich.
	Herzgruppentraining	eidg. Fachausweis oder 800 Stunden	Herztraining	60 Stunden	
	Krebssportgruppen-Training	eidg. Fachausweis oder 800 Stunden	Onkotraining	60 Stunden	
	Rheuma-Bewegungsangebot im Wasser	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Aquafitness inkl. Rettungsschwimmen plus Rheumatraining	gültiger BLS/AED Rettungsschwimmbrevet 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
	Spiraldynamik	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Spiraldynamik	Basic Spiral Med/Move oder 100 Stunden	
	Tai Chi	enthalten in der Spezialisierung Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Tai Chi	Tai Chi Lehrer SGQT/ASQT	
	Qi Gong	enthalten in der Spezialisierung Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Qi Gong	Qi Gong Lehrer SGQT/ASQT	
			Qi Gong	100 Stunden	
	Yoga	enthalten in der Spezialisierung Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Yoga	Yogalehrer SYV / YCH	
			Yoga	200 Stunden	
Rücken+Haltung	Rückengymnastik	Branchenzertifikat Gesundheitstrainer oder 400 Stunden	Rückentraining	Berufstitel Rückentrainer BGB oder 30 Stunden	Mit Fachausweis/Diplom ohne Spezialisierung möglich.
Mutterschaft	Geburtsvorbereitung	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Geburtsvorbereitung	Berufstitel Fachfrau BirthCare BGB oder 30 Stunden	
	Schwangerschaftsgymnastik	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Schwangerschaftsgymnastik	Berufstitel Fachfrau BirthCare BGB oder 30 Stunden	
	Rückbildung	Branchenzertifikat Trainer oder 200 Stunden	Rückbildung	Berufstitel Fachfrau BirthCare BGB oder 30 Stunden	
Tanz	Solotanz	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Tanzrichtung(en) im Solotanz	50 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.
	Paartanz	EFZ Fachperson Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder 100 Stunden	Tanzrichtung(en) im Paartanz	50 Stunden	Die Aufteilung der Kontaktstunden gilt als Richtwert.

- * Branchenzertifikate
- * Spezialisierung
- * Weiterbildungspflicht

Anforderungen auf www.bgb-schweiz.ch (QR-Code)

Die geforderten Inhalte der Spezialisierung können im entsprechenden Umfang in der Bewegungsausbildung enthalten sein. Nachweis durch die Antrag Stellenden erforderlich.
Zertifizierte Kursleiter unterstehen der Weiterbildungspflicht gemäss Weiterbildungsreglement BGB Schweiz (2 Tage pro Jahr). Infos auf www.fitness-guide.ch (QR-Code)