



OdA **Bewegung und Gesundheit**

Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz

Berufsbild

**Gesundheitstrainerin / Gesundheitstrainer
Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung**

mit Branchenzertifikat

Die Anforderungen an die Personalqualifikation der Stufe 4 des Einordnungsrasters EBQ der ODA Bewegung und Gesundheit werden somit erfüllt.

Trägerschaft

Die Oda Bewegung und Gesundheit (Oda BuG), Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, ist Träger für den Bildungsabschluss

Gesundheitstrainerin / Gesundheitstrainer Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung mit Branchenzertifikat

Wissen und Handlungskompetenzen

Gesundheitstrainer/-innen Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung

zeichnen sich aus durch geprüftes Wissen und Praxiserfahrung, die sie zu folgenden Handlungskompetenzen mit Kundinnen und Kunden im Bereich der Bewegungs- und Gesundheitsförderung und der Primärprävention befähigen.

Gesundheitstrainer/-innen Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung:

- leiten in Fitness-, Gesundheits- oder Bewegungszentren Einzelpersonen oder Gruppen beim Ausführen von Bewegungen an.
- beraten ganzheitlich in Bezug auf Bewegung, Entspannung und Ernährung, abgestützt auf aktuellem und fundiertem Fachwissen in Anatomie, Physiologie und Trainingslehre.
- führen Datenerhebungen oder Testings mit Kundinnen und Kunden durch und leiten daraus geeignete Kurs- oder Trainingsprogramme ab, gestützt auf breites Wissen im Bereich von Trainingsprinzipien, -inhalten und -methoden sowie der Trainingssteuerung.
- gestalten aufgrund ihrer erweiterten Körper- und Bewegungskompetenz Bewegungsangebote im Bereich der Gesundheitsförderung und der Freizeit für verschiedene Zielgruppen.
- verfügen über fundierte Kenntnisse über die Merkmale einer Gruppe und Gruppenprozesse und besitzen Grundkenntnisse in der Lernbiologie.
- verfügen über vertiefte Kenntnisse und Fähigkeiten zu Grundübungen und weiteren ergänzenden Übungen im Bereich der Körper- und Bewegungsschulung.
- erkennen und fördern den gesunden Lebensstil von Kundinnen und Kunden, erfragen gesundheitsrelevante Gewohnheiten, beraten in Ernährungsfragen und unterstützen ihre Kundinnen und Kunden bei einem ausgeglichenen Lebensstil
- vermitteln Grundkenntnisse bezüglich einem gesunden Lebensstil und verhelfen ihren Kundinnen und Kunden persönliche Zielsetzungen bezüglich eines gesunden Lebensstils zu erreichen.

Gesundheitstrainer/-innen Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung:

1. verfügen über einen anerkannten Erstausbildungsabschluss (Stufe EFZ) oder über ein Maturitätszeugnis oder über einen gleichwertigkeitsbestätigten Ausbildungsabschluss.
2. haben eine Berufserfahrung von mind. 375 Stunden selber geleiteter Kurseinheiten.
3. verfügen über einen gültigen BLS-AED Ausweis oder einen gültigen Nothelferausweis.
4. haben folgende Modulprüfungen der Ausbildung zur Spezialistin /zum Spezialist Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis erfolgreich bestanden:
 - a. Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II
 - b. Basismodul 2: Trainingslehre II
 - c. Basismodul 3: Methodik, Didaktik, Lernpsychologie I
 - d. Basismodul 4: erweiterte Körper- und Bewegungskompetenz
 - e. Hauptmodul 3: Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention
5. haben die Praxisprüfung nach BGB-Standard erfolgreich bestanden.
6. sind im Einordnungsraster für die Berufsqualifikationen Bewegungs- und Gesundheitsförderung EBQ auf Stufe 4 eingeordnet und sind von Qualitätslabeln anerkannt.