

## Instruktor Fitsport

### Gesundheitsorientierter und präventiver Sport für Erwachsene

Mit der Absolvierung dieses Seminarangebotes sollen die TeilnehmerInnen in der Lage sein, Trainingsprogramme zu erstellen, Ernährungstipps zu geben und Jugendliche, bzw. Erwachsene dabei zu unterstützen, ihren Alltagsstress zu bewältigen.

#### Inhalt:

Die wesentliche Zielsetzung ist, unter pädagogischen, didaktischen, methodischen und gesundheitlichen Gesichtspunkten, Bewegung und Sport zielgruppenorientiert anzuleiten. Der Schwerpunkt der Ausbildung ist die Betreuung von Jugendlichen, bzw. Erwachsenen im Fitness- und Gesundheitssport, als auch im Konditions- und Koordinationsbereich unter präventiven und gesundheitsorientierten Gesichtspunkten.

#### Methode:

Eine abwechslungsreiche Kursgestaltung mit vielen Inhalten sowohl in der Sporthalle und im Lehrsaal, als auch in der freien Natur gewährleistet das Erreichen des Ausbildungszieles.

#### Hinweise:

Anmeldung bis spätestens 8. Oktober 2016 direkt bei der BSPA - Kein Eignungstest  
Keine Kurskosten, aber ein Skriptenbeitrag: € 70,--

Weitere Infos unter:

**Tel.:** +43 316 32 79 80

**Email:** [infoGraz\(at\)bspa.at](mailto:infoGraz(at)bspa.at) **Web:** <http://graz.bspa.at>



#### Leitung:

**Direktor Mag. Wolfgang Frühwirt**  
Bundessportakademie Graz

#### Seminarbegleitung:

**Dipl.-Päd. Ing. Peter Ansperger**

31



Wolfgang Frühwirt

#### Termin:

1. Teil: 11./12. November 2016
2. Teil: 27./28. Jänner 2017
3. Teil: 10./11. Februar 2017
- Abschlussprüfung: 10. März 2016

#### Ort:

Kadettengasse 19d, 8041 Graz

#### Gruppengröße:

max. 25 Personen

#### Zielgruppe:

LehrerInnen für Bewegung und Sport