

MIT SAFS & BETA **GROUP-TRAINER/IN WERDEN**



GLIEDERUNG

- 01 Einführung
- 02 Überblick über die Group-Trainer Ausbildungen
- 03 Group-Trainer & Step
- 04 Athletik-Group-Trainer
- 05 JUMPING
- 06 Online vs. Präsenz Ausbildung
- 07 Das Group-Training Team von SAFS & BETA
- 08 Stimmen zur Group-Trainer Ausbildung bei SAFS & BETA

01

„Liebe Leserin, lieber Leser,

die vergangenen Monate waren für uns alle kräftezehrend, anstrengend und herausfordernd. Sport im Allgemeinen und Online-Fitness-Kurse im Speziellen sind für viele Menschen ein idealer Ausgleich zum tristen Pandemie-Alltag geworden.

Viele Menschen sehnen sich danach, wieder mit anderen Menschen gemeinsam Sport zu treiben, sich gegenseitig zu motivieren und sich in der Gemeinschaft zu erleben. Gleichzeitig wird, wie in vielen anderen Branchen auch, die Digitalisierung Einzug in die Fitnessbranche halten. Die Kundinnen und Kunden werden zukünftig selbst entscheiden wollen, ob sie an ihrem Lieblingskurs vor Ort LIVE oder von zu Hause aus per Livestream ONLINE teilnehmen wollen. Auch On-Demand-Angebote werden sich etablieren.

Trainerinnen und Trainer werden sich auf diese Veränderung einstellen müssen. Auch wir von SAFS & BETA nehmen diese Herausforderung an und haben unser Angebot inhaltlich optimiert und digitalisiert. Sie können unsere bewährten und in der Fitnessbranche anerkannten Ausbildungskonzepte nun auch ONLINE erleben.

*Hinweis: Der Einfachheit und Übersichtlichkeit wegen wird für Kursbezeichnungen das generische Maskulinum verwendet.



In dieser Broschüre informieren wir Sie über unsere Grundausbildungen und die darauf aufbauenden Fortbildungen. Sie können sich in den Themen

- Athletische und funktionelle Kurse (Athletik Group-Training)
- Choreographische und tänzerische Kurse (Group-Training & Step)
- JUMPING

von der klassischen B-Lizenz über den Fachtrainer bis zur A-Lizenz ausbilden und zertifizieren lassen. Unser modulares System baut inhaltlich perfekt aufeinander auf und passt sich ständig neuen trainingswissenschaftlichen Erkenntnissen und aktuellen Trends an. Selbstverständlich sind alle Fortbildungen und Workshops auch einzeln buchbar.

Erleben Sie die ganze Welt des Group-Trainings und starten Sie Ihre Karriere mit einer Ausbildung bei SAFS & BETA!

Andi Goller

SAFS & BETA Fachbereichsleitung Group-Training



ÜBERBLICK ÜBER DIE GROUP-TRAINER AUSBILDUNGEN

Sie können je nach Interesse und Neigung zwischen drei verschiedenen Ausbildungs-Schienen wählen:

- Group-Training & Step
- Athletik-Group-Training und
- JUMPING

Group-Training & Step

In der Ausbildung für Group-Training & Step lernen Sie, abwechslungsreiche und professionelle Aerobic und Step-Aerobic-Kurse sowie Kräftigungs-Lektionen zu unterrichten.

Athletik-Group-Training

Mit unserer Ausbildung für Athletik-Group-Training werden Sie befähigt, athletische, funktionelle und gesundheitsorientierte Kursprofile durchzuführen.

JUMPING

Bei unserer JUMPING Ausbildung lernen Sie alles über den Umgang mit dem Trampolin und das Unterrichten von JUMPING Kursen.



B-LIZENZ

Die B-Lizenz gilt in der Fitnessbranche als Grundqualifikation. Durch sie erhält man die Erlaubnis zur Durchführung von Kursen. Unsere B-Lizenzen im Bereich Group-Training & Step und Athletik Group-Training umfassen insgesamt sechs Schulungstage. Diese unterteilen sich in zwei Theorie-Tage (SAFS & BETA Basics) und vier Praxis-Tage. Am letzten Tag der Ausbildung findet eine praktische Prüfung statt. Die Theorieprüfung wird eine Woche später online geschrieben. Im Bereich JUMPING umfasst die B-Lizenz zwei Schulungstage, sowie eine kurze praktische Prüfung.



FACHTRAINER-LIZENZ

Der Fachtrainer kann in den Bereichen Group-Trainer & Step und Athletik-Group-Trainer erlangt werden. Hierfür sind fünf weitere Schulungstage erforderlich:

- Fachtrainer Group-Training & Step = Rückentrainer (3 Tage) und Step Mix (2 Tage)
- Fachtrainer Athletik-Group-Training = Rückentrainer (3 Tage) und Functional Athletic Circuit (2 Tage)



A-LIZENZ

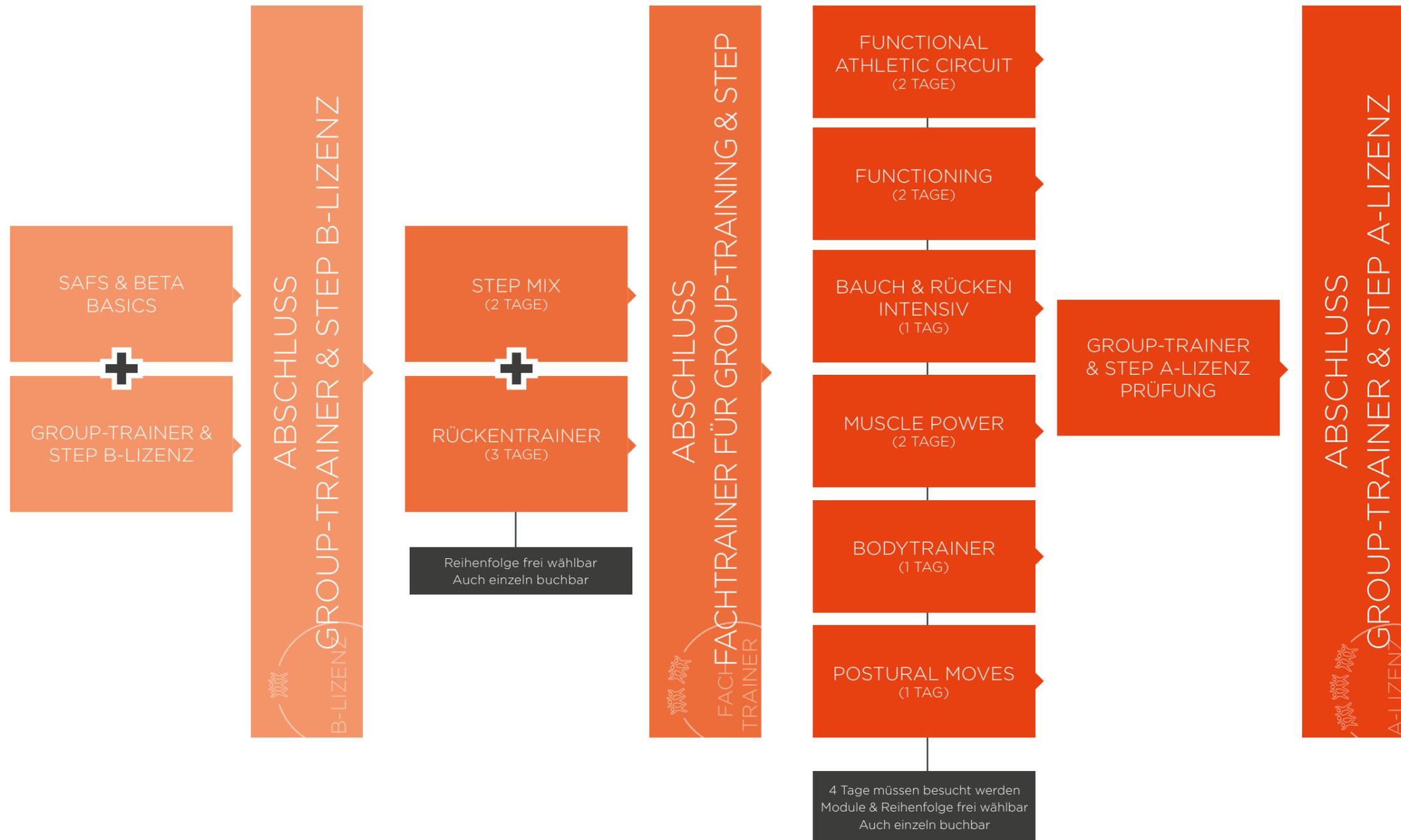
Die A-Lizenz gilt als höchste zu erreichende Qualifikation in der Fitnessbranche. Beim Group-Trainer & Step und Athletik-Group-Trainer absolvieren Sie nach dem Fachtrainer vier weitere Schulungstage. Sie können aus verschiedenen von uns vorgegebenen Workshops auswählen. Die Prüfungen umfassen eine 120-minütige Theorieprüfung und eine 30-minütige Praxisprüfung. Im Bereich JUMPING werden nach der B-Lizenz die Module Athletik Jump und Medical Jump besucht. Um die A-Lizenz zu erhalten, muss im Anschluss eine 60-minütige Theorieprüfung abgelegt werden.



3

SAFS & BETA
**GROUP-TRAINER
& STEP**

ABLAUF GROUP-TRAINER & STEP





B-LIZENZ

GROUP-TRAINER & STEP GROUP-TRAINER & STEP B-LIZENZ

Die Group-Trainer & Step B-Lizenz umfasst insgesamt sechs Schulungstage und zwei Prüfungen. In der zweitägigen ONLINE-LIVE Schulung SAFS & BETA Basics werden die Grundlagen der Sportbiologie und Trainingslehre eingehend erläutert. In der daran anschließenden viertägigen Praxis-Schulung, die sowohl im ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Format angeboten wird, erlangen Sie die Fähigkeit, abwechslungsreiche, sichere und professionelle Aerobic, Step-Aerobic und Kräftigungs-Kurse zu leiten.

In der Praxis-Schulung zum Trainer für Group-Training & Step werden drei große Themenbereiche behandelt:

1. Aerobic und Step-Aerobic

Sie erlangen die Fähigkeit, Aerobic- und Step-Aerobic-Kurse inklusive Warm Up und Cool Down sowie Nachdehnen zur Musik durchzuführen. Sie werden verschiedene Aufbaumethoden kennen lernen und diese in der Praxis anwenden.

2. Techniks Schulung, Cueing, Ausführung

Sie werden in der korrekten Ausführung der kursspezifischen Schritt-Techniken, in Körperhaltung, Dynamik und Taktempfinden geschult.

3. Kräftigungs- und Beweglichkeits-Training

Sie werden befähigt, bewährte Kursprofile wie Bauch Beine Po, Bodytoning usw., die sich seit Jahren hoher Beliebtheit erfreuen, zu unterrichten. Des Weiteren lernen Sie, die im Training beanspruchte Muskulatur zu dehnen.

Die Schulungen und Lernphasen werden durch hochwertige und umfangreiche Lernmaterialien begleitet:

- zwei SAFS & BETA Lehrbücher (Anatomiebuch und Übungsbuch)
- zwei Unterrichts-Skripte
- ein Download-Code über ein aktuelles GEMA freies Musikalbum zum Üben und Unterrichten (ONLINE-LIVE AUSBILDUNG)
- Ein Step Board (ONLINE-LIVE AUSBILDUNG)
- Zugang zu professionellen Übungs-Videos zum Selbststudium und zur Prüfungsvorbereitung

Die Prüfungen umfassen eine 30-minütige Praxisprüfung am letzten Ausbildungstag, sowie eine 120-minütige Theorieprüfung. Die Schulungen und Prüfungen werden sowohl als reine ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Veranstaltung durchgeführt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:

Group-Trainer & Step B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:

6 Tage (inkl. Prüfungstag)
Online & Präsenz möglich
Ablauf: 2 + 4 Tage Unterricht



PRÜFUNG:

Praxisprüfung am letzten Ausbildungstag +
Theorieprüfung eine Woche später



VORTEILE:

- + Sofortiges Unterrichten möglich
- + Klares, einfaches Konzept, das leicht zu erlernen ist
- + Fundiertes Grundlagenwissen
- + Ermöglicht es, den Beruf des Group-Trainer & Step kennenzulernen



GROUP-TRAINER & STEP FACHTRAINER GROUP-TRAINING & STEP

Für die Lizenz zum Fachtrainer sind fünf Schultage erforderlich! Die Inhalte bauen perfekt auf die in der B-Lizenz erlangten Fähigkeiten auf:

3. Rückentrainer (3 Tage)

In der Ausbildung zum Rückentrainer vertiefen Sie Ihr Wissen zur Anatomie und Funktion der Wirbelsäule. Des Weiteren lernen Sie die häufigsten Rückenbeschwerden und welche Vorsichtsmaßnahmen beim Training beachtet werden müssen. Neben der Fähigkeit, Rückenkurse anzuleiten, werden Sie auch Trainingsmodifikationen an Krafttrainings-Geräten oder mit dem eigenen Körpergewicht kennenlernen. Die Fortbildung

zum Rückentrainer gliedert sich in eine zweitägige ONLINE-LIVE Theorie-Schulung und eine eintägige PRÄSENZ Praxis-Schulung!

4. Step Mix (2 Tage)

Unsere zweitägige Fortbildung Step Mix bieten wir sowohl im PRÄSENZ- als auch im ONLINE-LIVE Format an. Der erste Schultag knüpft an die in der B-Lizenz erlangte Unterrichtsfähigkeit an und stellt neue und spannende Aufbau- und Schneide-Methoden für abwechslungsreiche Choreographien auf dem Step vor. Am zweiten Tag wird der Step als Hilfsmittel für athletische Fatburner-Cclasses eingesetzt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:

Fachtrainer Group-Training & Step



VORAUSSETZUNG:

Group-Trainer & Step B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:

5 Tage
Online & Präsenz möglich



VORTEILE:

- + Abwechslungsreiche, praxisorientierte Ausbildung, nach der Sie als Group-Trainer durchstarten können
- + Flexible und individuelle Planung der Ausbildung



A-LIZENZ

03 GROUP-TRAINER & STEP GROUP-TRAINER & STEP A-LIZENZ

Die A-Lizenz gilt als höchste zu erreichende Qualifikation in der Fitnessbranche. Um zur A-Lizenz Prüfung zugelassen werden zu können, müssen Sie vier weitere Schulungstage erfolgreich absolvieren. Sie können aus den folgenden Schulungen auswählen:

1. Functioning (2 Tage)

Functioning erweitert Ihre Fähigkeit, einzelne komplexere Functional Training Moves in fließende Bewegungsabläufe zu verwandeln. Sie erhalten viele neue Ideen für Ihre Kurse. Die zweitägige Fortbildung Functioning wird als ONLINE-LIVE und PRÄSENZ Veranstaltung angeboten.

2. Muscle Power (2 Tage)

Training mit der Langhantel ist seit vielen Jahren ein Evergreen in den Fitness-Clubs und Vereinen. Die zweitägige Fortbildung Muscle Power befähigt Sie, komplette Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene mit der Langhantel zu konzipieren und zu unterrichten (PRÄSENZ Veranstaltung).

3. Bodytrainer (1 Tag)

Dieser eintägige Kurs erweitert Ihre Fähigkeiten, klassische und gesundheitsorientierte Kräftigungs-

kurse für Fortgeschrittene mit und ohne Equipment (Hanteln usw.) zu kreieren. Unser logisches Workout-Konzept wird Sie begeistern (PRÄSENZ Veranstaltung).

4. Bauch Rücken intensiv (1 Tag)

In diesem eintägigen Workshop erhalten Sie viele neue Ideen rund um Ihre Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule sowie Ihren Bauchkurs (ONLINE-LIVE und PRÄSENZ Veranstaltung).

5. Postural Moves (1 Tag)

Der eintägige Workshop Postural Moves (ONLINE-LIVE und PRÄSENZ Veranstaltung) stellt die Musik und die Musikinterpretation in den Mittelpunkt. Haltungs-, Rücken- und Mobility-Übungen werden zu komplexen und fließenden Choreographien vereint.

Die A-Lizenz Prüfung umfasst eine 120-minütige Theorieprüfung und eine 30-minütige Praxisprüfung. Die Prüfungen werden sowohl als reine ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Veranstaltung durchgeführt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:
Group-Trainer & Step A-Lizenz



VORAUSSETZUNG:
Fachtrainer Group-Training & Step



AUSBILDUNGSDAUER:
4 Tage aus selbst gewählten Modulen



PRÜFUNG:
Theorieprüfung & Praxisprüfung



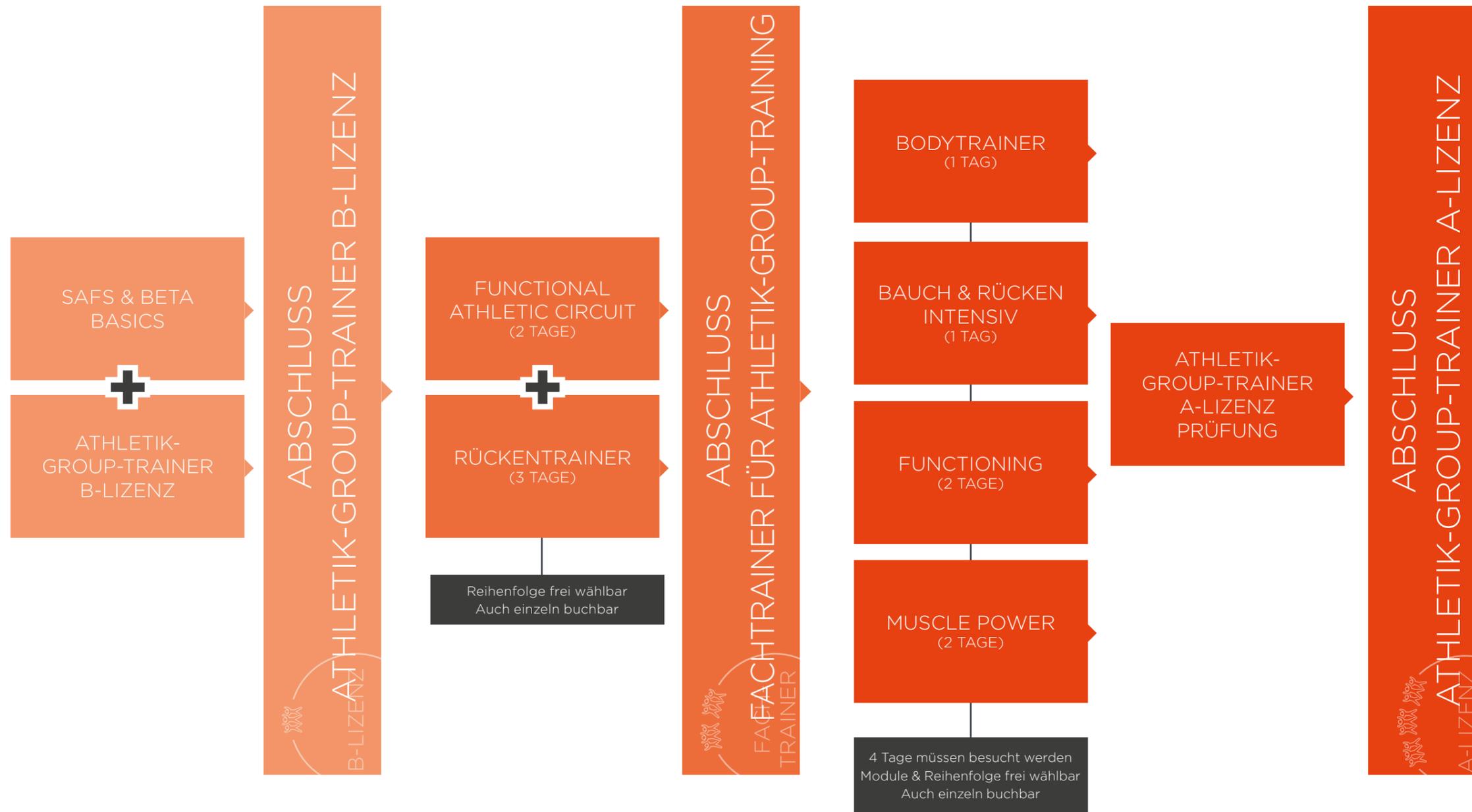
VORTEILE:

- + Sie erwerben die höchstmögliche Lizenz als Trainer für Group-Training & Step
- + Abwechslungsreiche, praxisorientierte Ausbildung, nach der Sie als Trainer für Group-Training & Step durchstarten können
- + Flexible und individuelle Planung der Ausbildung



SAFS & BETA
**ATHLETIK-
GROUP-TRAINER**

ABLAUF ATHLETIK-GROUP-TRAINER





B-LIZENZ

ATHLETIK-GROUP-TRAINER

ATHLETIK-GROUP-TRAINER B-LIZENZ

Die Athletik-Group-Trainer B Lizenz umfasst insgesamt sechs Schulungstage und zwei Prüfungen. In der zweitägigen ONLINE-LIVE Schulung SAFS & BETA Basics werden die Grundlagen der Sportbiologie und Trainingslehre eingehend erläutert. In der daran anschließenden viertägigen Praxis-Schulung, die sowohl im ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Format angeboten wird, erlangt man die Fähigkeit, sowohl athletisch-funktionelle als auch klassische und gesundheitsorientierte Kursformate zu leiten.

In der Praxis-Schulung zum Athletik-Group-Trainer werden drei große Themenbereiche behandelt:

1. Tough Fitness

Hier geht es um intensive und effektive Kursprofile wie Zirkel-, Athletik- oder Functional-Training. Sie lernen, wie man für diese Kursprofile typische Warm-ups durchführt, wie man die Intensität steuert und welche Übungen Sinn machen. Vor allem die korrekte Bewegungsausführung sowie Übungs-Anweisung wird intensiv besprochen und geübt.

2. Classic Fitness

Die sogenannten „Classics“ umfassen alle bewährten Kursprofile wie Bauch Beine Po, Bodytoning usw., die sich seit Jahren hoher Beliebtheit erfreuen und in keinem Portfolio eines Trainers fehlen

dürfen. Auch hier werden spezifische Warm Up's, Kursabläufe und Übungen eingehend behandelt.

3. Soft Gym

Die sogenannten Best Ager sind der Markt der Zukunft. Trainer müssen auch in diesem Kunden-Segment kompetent sein. Es werden die Besonderheiten des Alterns besprochen und Übungsoptionen für diesen speziellen Kundenkreis erarbeitet.

Die Schulungen und Lernphasen werden durch hochwertige und umfangreiche Lernmaterialien begleitet:

- zwei SAFS & BETA Lehrbücher (Anatomiebuch und Übungsbuch)
- zwei Unterrichts-Skripte
- ein Download-Code über ein aktuelles GEMA freies Musikalbum zum Üben und Unterrichten (bei ONLINE-LIVE AUSBILDUNG)
- Zugang zu professionellen Übungs-Videos zum Selbststudium und zur Prüfungsvorbereitung

Die Prüfungen umfassen eine 30-minütige Praxisprüfung am letzten Ausbildungstag, sowie eine 120-minütige Theorieprüfung. Die Schulungen und Prüfungen werden sowohl als reine ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Veranstaltung durchgeführt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:

Athletik-Group-Trainer B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:

6 Tage (inkl. Prüfungstag)
Online & Präsenz möglich
Ablauf: 2 + 4 Tage Unterricht



PRÜFUNG:

Praxisprüfung am letzten Ausbildungstag +
Theorieprüfung eine Woche später



VORTEILE:

- + Sofortiges Unterrichten möglich
- + Klares, einfaches Konzept, das leicht zu erlernen ist
- + Fundiertes Grundlagenwissen
- + Ermöglicht es, den Beruf des Athletik-Group-Trainers kennenzulernen



FACH-
TRAINER

04

ATHLETIK-GROUP-TRAINER FACHTRAINER ATHLETIK-GROUP-TRAINING

Für die Lizenz zum Fachtrainer sind fünf Schulungstage erforderlich! Die Inhalte bauen perfekt auf die in der B-Lizenz erlangten Fähigkeiten auf:

1. Rückentrainer (3 Tage)

In der Ausbildung zum Rückentrainer vertiefen Sie Ihr Wissen zur Anatomie und Funktion der Wirbelsäule. Des Weiteren lernen Sie die häufigsten Rückenbeschwerden kennen und welche Vorsichtsmaßnahmen beim Training beachtet werden müssen. Neben der Fähigkeit, Rückenurse anzuleiten, werden Sie auch Trainingsmodifikationen an Krafttrainings-Geräten oder mit dem eigenen Körpergewicht kennenlernen. Die Fortbildung zum

Rückentrainer gliedert sich in eine zweitägige ONLINE-LIVE Theorie-Schulung und eine eintägige PRÄSENZ Praxis-Schulung!

2. Functional Athletic Circuit (2 Tage)

Unsere zweitägige Fortbildung Functional Athletic Circuit bieten wir sowohl als PRÄSENZ als auch als ONLINE-LIVE Schulung an. Ihre Fähigkeit, hochintensive, athletische und motivierende Kurse zu unterrichten, wird hier nochmal um ein weiteres tolles Kursformat erweitert. Functional Athletic Circuit wird mit dem Step und für dieses Kursprofil typischer Intervall-Musik durchgeführt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:

Fachtrainer für Athletik-Group-Training



VORAUSSETZUNG:

Athletik-Group-Trainer B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:

5 Tage
Online & Präsenz möglich



VORTEILE:

- + Sie lernen mit den gängigsten Beschwerdebildern umzugehen
- + Abwechslungsreiche, praxisorientierte Ausbildung, nach der Sie als Athletik-Group-Trainer durchstarten können
- + Flexible und individuelle Planung der Ausbildung



A-LIZENZ

ATHLETIK-GROUP-TRAINER

ATHLETIK-GROUP-TRAINER A-LIZENZ

Die A-Lizenz gilt als höchste zu erreichende Qualifikation in der Fitnessbranche. Um zur A-Lizenz Prüfung zugelassen werden zu können, müssen Sie vier weitere Schulungstage erfolgreich absolvieren. Sie können aus den folgenden Schulungen auswählen:

1. Functioning (2 Tage)

Functioning erweitert Ihre Fähigkeit, einzelne Functional Training Moves in fließende Bewegungsabläufe zu verwandeln. Sie erhalten viele neue Ideen für Ihre Kurse. Die zweitägige Fortbildung Functioning wird als ONLINE-LIVE und PRÄSENZ Veranstaltung angeboten.

2. Muscle Power (2 Tage)

Training mit der Langhantel ist seit vielen Jahren ein Evergreen in den Fitness-Clubs und Vereinen. Die zweitägige Fortbildung Muscle Power befähigt Sie, komplette Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene mit der Langhantel zu konzipieren und zu unterrichten (PRÄSENZ Veranstaltung).

3. Bodytrainer (1 Tag)

Dieser eintägige Kurs erweitert Ihre Fähigkeiten, klassische und gesundheitsorientierte Kräftigungskurse für Fortgeschrittene mit und ohne Equipment (Hanteln usw.) zu kreieren. Unser logisches Workout-Konzept wird Sie begeistern (PRÄSENZ Veranstaltung).

4. Bauch Rücken intensiv (1 Tag)

In diesem eintägigen Workshop erhalten Sie viele neue Ideen rund um Ihre Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule sowie ihren Bauchkurs (ONLINE-LIVE und PRÄSENZ Veranstaltung).

Die A-Lizenz Prüfung umfasst eine 120-minütige Theorieprüfung und eine 30-minütige Praxisprüfung. Die Prüfungen werden sowohl als reine ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Veranstaltung durchgeführt.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:

Athletik-Group-Trainer A-Lizenz



VORAUSSETZUNG:

Fachtrainer für Athletik-Group-Training



AUSBILDUNGSDAUER:

4 Tage aus selbst gewählten Modulen



PRÜFUNG:

Theorieprüfung & Praxisprüfung



VORTEILE:

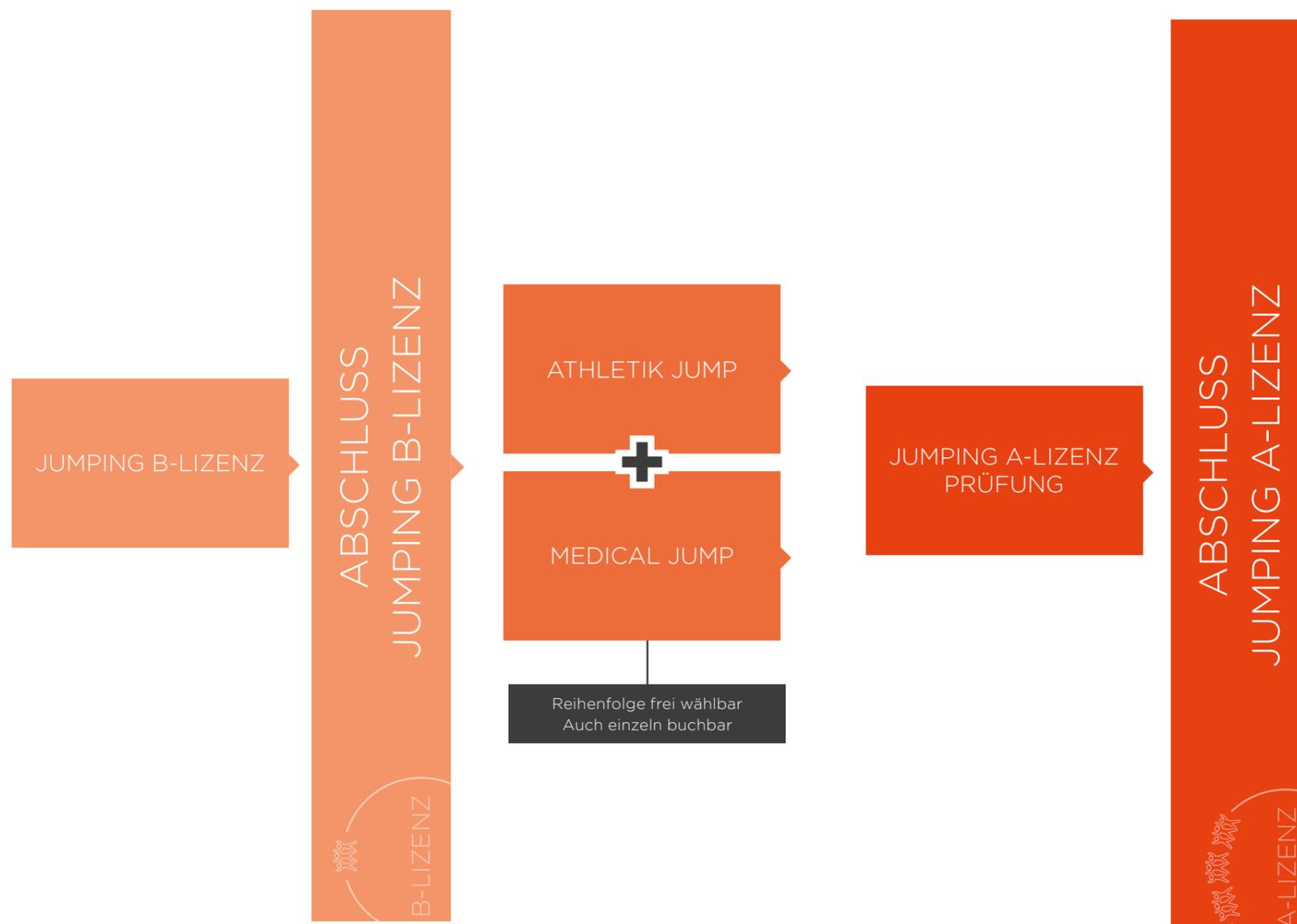
- + Sie erwerben die höchstmögliche Lizenz als Athletik-Group-Trainer
- + Abwechslungsreiche, praxisorientierte Ausbildung, nach der Sie als Athletik-Group-Trainer durchstarten können
- + Flexible und individuelle Planung der Ausbildung



SAFS & BETA
JUMPING

05

ABLAUF JUMPING





B-LIZENZ

05

JUMPING JUMPING B-LIZENZ

JUMPING ist der Mega-Fitness-Trend der letzten Jahre. Um sichere, motivierende und abwechslungsreiche JUMPING Kurse auf dem Trampolin zu unterrichten, ist eine gute Ausbildung unabdingbar. Die JUMPING B-Lizenz gilt in der Fitness-Branche als Grundqualifikation. Durch sie erhält man die Erlaubnis zur Durchführung von JUMPING Kursen. In der zweitägigen Ausbildung zum JUMPING Trainer lernen Sie alle relevanten JUMPING-Schritte, den korrekten und logischen Aufbau

eines sicheren JUMPING Kurses inklusive Warm Up, Hauptteil und Cool Down sowie alle effektiven Kräftigungs-Übungen mit und auf dem Trampolin. Eine Praxisprüfung am letzten Tag schließt diese spannende und umfangreiche Ausbildung ab. JUMPING bieten wir als PRÄSENZ sowie ONLINE-LIVE Schulung an. Für die ONLINE-LIVE Ausbildung benötigen Sie ein Trampolin. Bei der Organisation des Trampolins helfen wir Ihnen gerne weiter.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:
JUMPING B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:
2 Tage
Praxisprüfung am letzten Tag
Online & Präsenz möglich



PRÜFUNG:
Praxisprüfung

SAFS & BETA
BILDUNGS-AKADEMIE

VORTEILE:

- + Sofortiges Unterrichten möglich
- + Klares, einfaches Konzept, das leicht zu erlernen ist
- + Fundiertes Grundlagenwissen
- + Ermöglicht es, den Beruf des JUMPING Trainer kennenzulernen

JUMPING B-LIZENZ



A-LIZENZ

05

JUMPING JUMPING A-LIZENZ

Die A-Lizenz gilt als höchste zu erreichende Qualifikation in der Fitnessbranche. Nach der erfolgreichen Teilnahme an den Workshops MEDICAL JUMP und ATHLETIK JUMP können Sie die A-Lizenz Prüfung ablegen. Die Prüfung umfasst eine 60-minütige Theorieprüfung.

Die Schulungen und Prüfungen werden sowohl als reine ONLINE-LIVE als auch PRÄSENZ Veranstaltung durchgeführt. Für die ONLINE-LIVE Workshops benötigen Sie ein Trampolin. Bei der Organisation des Trampolins helfen wir Ihnen gerne weiter.

1. MEDICAL JUMP

Lernen Sie, besondere Zielgruppen wie Best Ager und Frauen nach der Entbindung zu unterrichten.

Dieser Workshop ist für alle JUMPING Trainer interessant, die oft heterogene Gruppen betreuen müssen oder die speziell für diese Zielgruppen Jumping Kurse anbieten wollen.

2. ATHLETIK JUMP

Erfahren Sie in diesem Workshop, wie Sie Ihre JUMPING Kurse noch abwechslungsreicher gestalten und auch vermehrt Männer als Teilnehmer gewinnen können. Athletik Jump kombiniert coole Functional Training Moves und den unvergleichlichen JUMPING Fun, während es mit effektiven Tabata-Einheiten so richtig zur Sache geht.

IM ÜBERBLICK



ABSCHLUSS:
JUMPING A-Lizenz



VORAUSSETZUNG:
JUMPING B-Lizenz



AUSBILDUNGSDAUER:
2 Tage + Theorieprüfung
Online & Präsenz möglich



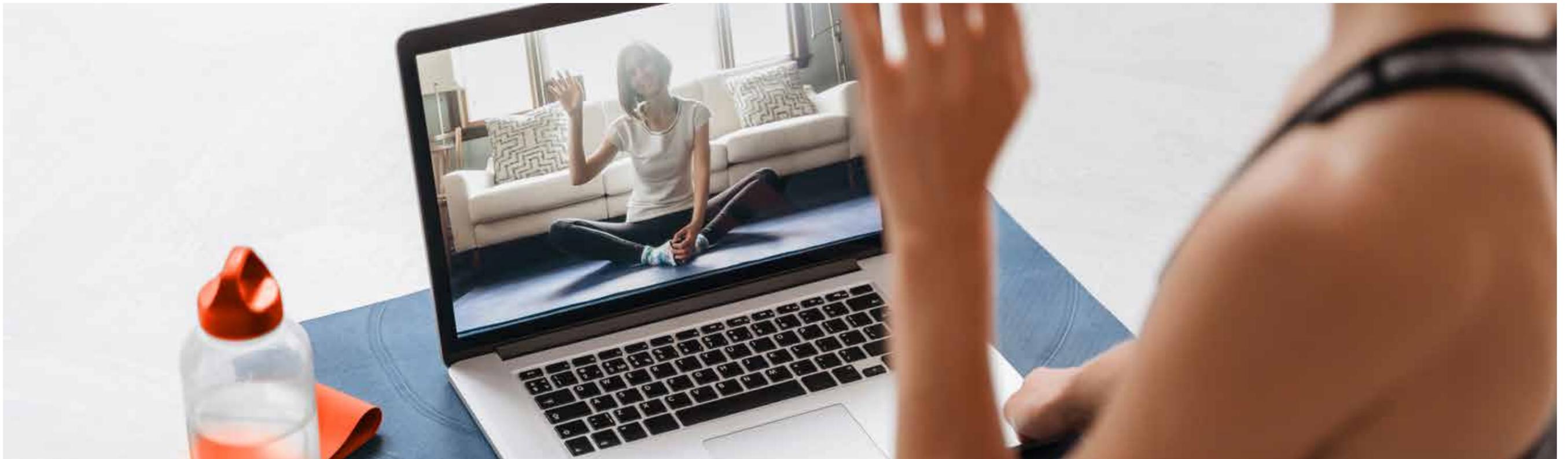
PRÜFUNG:
Theorieprüfung



VORTEILE:

- + Sie erwerben die höchstmögliche Lizenz als JUMPING-Trainer
- + Abwechslungsreiche, praxisorientierte Ausbildung, nach der Sie als JUMPING-Trainer durchstarten können
- + Flexible und individuelle Planung der Ausbildung

JUMPING A-LIZENZ



06

ONLINE VS. PRÄSENZ AUSBILDUNG

Seit diesem Jahr gibt es die Group-Trainer Ausbildungen bei SAFS & BETA nicht nur als Präsenz Ausbildung, sondern auch online, sodass unsere Ausbilder quasi direkt zu Ihnen ins Wohnzimmer kommen.

Bei uns müssen Sie sich dafür aber nicht entscheiden, sondern können Online und Präsenz Module flexibel miteinander kombinieren und sich so Ihren Weg zu den Group-Trainer A-Lizenzen individuell zusammenstellen. Die Online Ausbildungen finden über das Programm ZOOM statt.

Für die Teilnahme benötigen Sie ein Endgerät mit Kamera und Mikrofon, damit der Austausch zwischen Ausbilder und Gruppe möglich ist. Auch in unseren Online Ausbildungen finden Praxiseinheiten statt, bei denen die Korrektur Ihrer Bewegungsausführung über den Bildschirm stattfindet. Daher sollten Sie genügend Platz einplanen.

Alle Ausbildungsmodule werden sowohl als Präsenz Kurs als auch Online angeboten.

	ONLINE AUSBILDUNG	PRÄSENZ AUSBILDUNG
Ort	Ausbildung von Zuhause per ZOOM	Ausbildung an einem Standort Ihrer Wahl
Praxis Einheiten	Online Praxis Stunden	Präsenz Praxis Stunden
Zeiten	10.00 - 17.00 Uhr	10.00 - 17.00 Uhr
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> • Endgerät mit Kamera und Mikrofon • Je nach Lehrgang kann ein Step oder Trampolin erforderlich sein 	<ul style="list-style-type: none"> • Benötigtes Equipment steht vor Ort bereit
Lernmaterial	<ul style="list-style-type: none"> • Das Manual wird Ihnen nach Hause geschickt • Zugang zum Lehrvideo per Mail 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie erhalten alle Unterlagen direkt beim Lehrgang
Vorteile	<ul style="list-style-type: none"> • Unterricht bequem von Zuhause • Keine Anfahrt & Anfahrtskosten • Keine Übernachtungskosten • Zeitersparnis • Praxiserfahrung mit Online Klassen, um selber eventuell online zu unterrichten 	<ul style="list-style-type: none"> • Kein eigenes Material oder Equipment notwendig • Persönlicher Kontakt mit Gruppe und Ausbilder • Persönliche Korrektur (auch mit Hands on)

Ein besser oder schlechter gibt es nicht. Sowohl online als auch präsent wird Ihnen das Wissen auf höchstem Standard vermittelt. Am Ende ist es vor allem die Flexibilität, um Ihre Group-Trainer Ausbildung so zu gestalten, wie sie am besten zu Ihnen passt.

DAS GROUP-TRAINER TEAM VON SAFS & BETA



ANDREAS GOLLER



DANIJELA BJEDOV



YVONNE EMARA



RAMONA FRANKE



MIRIAM GENSCHOW



ANNA TEWES



CHRISTINA PETZHOLD



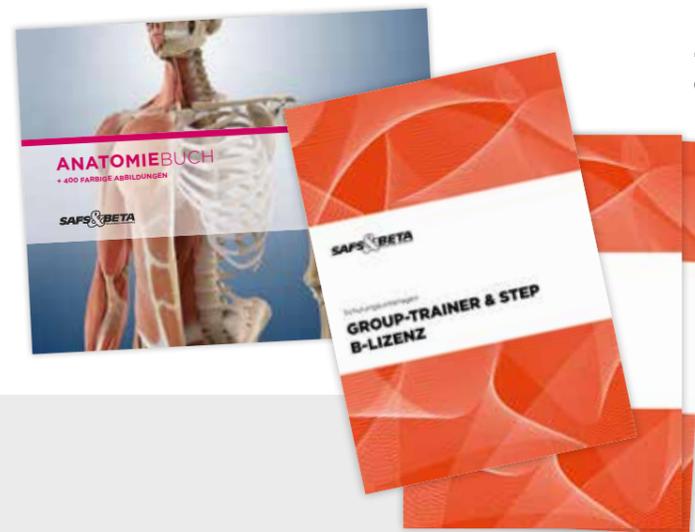
HEIKE MEIDINGER



ANDREAS MUNDT



ANNETTE SCHOLLMAYER



STIMMEN ZUR GROUP-TRAINER AUSBILDUNG BEI SAFS & BETA

„

„Ich empfehle diese Ausbildung immer wieder sehr gerne weiter. Für mich war es der perfekte Grundstein für meine Trainertätigkeit. (...) Meiner Meinung nach sollte jeder, der in irgendeiner Trainertätigkeit ist, diese Basis schaffen. Man lernt, wie man motiviert vor dem Kurs steht, wie man wo genau anleitet und korrigiert und das Ganze im Takt und immer vorausschauend. Ganz oft besuche ich Cycling-Stunden, Pilates-Klassen und auch Yoga-Stunden und denke mir, dass es diesen Trainern auch wirklich geholfen hätte (...)“

(Nelly 31J) 13.10.2019

„Die Kombination aus Theorie und Praxis wurde sehr gut vermittelt! Die Theorie wurde spannend und in keinster Weise langweilig gestaltet. Theorie und Praxis wurden sehr gut miteinander verknüpft, sodass alle Teilnehmer somit schon gut fundiertes Wissen für die Prüfung hatten. (...) Ich fühle mich gut vorbereitet und kann mit gutem Gewissen meine Kursteilnehmer trainieren.“

(Jessica 22J) 18.10.2019

„Schon im Vorfeld habe ich die telefonische Beratung als extrem kompetent, freundlich und kundenorientiert empfunden. Keine meiner Fragen blieb unbeantwortet. Die Ausbildung selbst war professionell, hoch informativ in der theoretischen Information. Die praktische Anleitung beispielhaft, gut und hilfreich. Es war deutlich zu spüren, dass die Mastertrainerin Spaß an ihrem Beruf hat. Dass es kein Job für sie ist, sondern eine Berufung. (...)“

(Klaus 61J) 16.10.2019

„Dozent mit viel Erfahrung, es wurde sich gerne Zeit genommen für zusätzliche oder vertiefende Fragen, Tipps wurden gegeben, Hilfestellung angeboten und vor allem sehr viel Zeit für praktische Übungen; generell ist das Konzept mit Vollzeit Präsenzunterricht absolut empfehlenswert (...) – rundum zu empfehlen (...)“

(Christine 45J) 15.10.2018

„(...) Habe schon mehrere Ausbildungen und Fortbildungen gemacht und war immer sehr zufrieden. Werde auch in der Zukunft weiter auf SAFS & BETA vertrauen. Rundum zufrieden!“

(Nicole 31J) 31.10.2018



FÜR IHRE AUSBILDUNG BEI SAFS & BETA ERHALTEN SIE HOCHWERTIGES LEHRMATERIAL!

SIE MÖCHTEN SICH NEBEN GROUP-TRAINING AUCH IN **ANDEREN BEREICHEN WEITERBILDEN?**

Wir bieten zahlreiche Ausbildungen und Workshops in verschiedenen Fachbereichen an. Egal ob Fitness, Personal-Training, Ernährung, Yoga oder Pilates - Mit SAFS & BETA haben Sie einen kompetenten Ansprechpartner für Ihre erfolgreiche Karriere in der Gesundheitsbranche. Alle Informationen zu unserem Angebot finden Sie unter www.safs-beta.de.

Für die Ausbildungswege zum Yoga- und Pilateslehrer haben wir zusätzlich ausführliche Broschüren entworfen, welche wir Ihnen auf Anfrage gerne zukommen lassen. Die Broschüren stehen Ihnen außerdem auf unserer Website unter dem jeweiligen Fachbereich zum Download bereit.





SAFS & BETA KG Bildungs-Akademie
Kurt-Hebach-Str. 5, 55252 Mainz-Kastel

TELEFON 06134 / 95 401-20

FAX 06134 / 95 401-22

E-MAIL info@safs-beta.de

WWW.SAFS-BETA.DE