



Fitness-Trainer- C-Lizenz

**Live-Online-Seminare
plus Lehrbriefe**

Termine nach Absprache
Seminargebühr 389 Euro

Der Link zum Zoom-Meeting wird am
jeweiligen Seminartag per Mail versendet

www.basefood.de

Egal, ob du dich als Fitnesstrainer,
Kursleiter oder Personal Trainer weiterbilden
möchtest: mit der Fitnesstrainer C-Lizenz
legst du das Fundament für deine sportliche
Karriere.

Die Ausbildung zum Fitnesstrainer C findet
in live-online-Seminaren statt.

Zusätzlich erhältst du 6 ausführliche
Lehrbriefe mit den folgenden Inhalten:

Grundlagen der Anatomie
Grundlagen der Physiologie

Energiebereitstellung
Herz-Kreislauf-System

Passiver Bewegungsapparat
Aktiver Bewegungsapparat

Grundlagen der Bewegungslehre
Grundlagen der Trainingslehre

Methodik im Fitnesstraining
Psychologische Aspekte