

FITNESSINSTRUKTØR

Er du vild med idræt, motion og ernæring?... så er Fitnessinstruktøruddannelsen noget for dig



KORT OM UDDANNELSEN: Fitnessinstruktøruddannelsen er også for dig, som kan lide at arbejde med mennesker. Arbejdet handler også om at gøre kunderne i fitnesscentre fysisk aktive og holde deres form ved lige. Der findes mange forskellige fitnessdiscipliner: vægttræning, spinning, body step, yoga, pilates, boldtræning, crossfit m.m. Som fitnessinstruktør skal du også lære at rådgive og vejlede om træning, så der trænes på en forsvarlig og korrekt måde.

Som færdiguddannet fitnessinstruktør kan du få arbejde i større og mindre fitnesscentre. Du kan også vælge at arbejde i udlandet eller måske starte egen virksomhed. Du har mulighed for at uddanne dig til personlig træner, og du kan tage en bachelorgrad i sundhed og ernæring, samt i idræt hvis du har de adgangsgivende fag og forudsætninger.

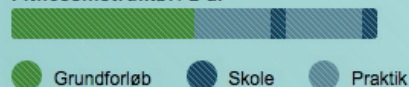
HVAD SKAL JEG LÆRE ? En fitnessinstruktør fortæller og viser andre, hvordan man træner og opnår god kondition. På skolen lærer du også om de maskiner, man skal bruge. En vigtig del af arbejdet går ud på at motivere kunderne til at motionere. Desuden lærer du, hvordan man rådgiver kunderne, så

de undgår skader. Som fitnessinstruktør lærer du også at yde en god kundeservice, da det er vigtigt, at kunden altid er i centrum.

Uddannelsens opbygning

Uddannelsen er delt op i et grundforløb og et hovedforløb, som veksler med praktik i virksomheden og skole:

Fitnessinstruktør: 2 år



Grundforløb 1 og 2

Grundforløbet er opdelt i GF1 og GF2. Du begynder på GF1, hvis du kommer direkte fra 9./10. klasse, eller hvis du har afsluttet 9./10. kl. indenfor det seneste år. GF1 varer 20 uger. Du kan kun gå på GF1 én gang, men GF1 giver dig mulighed for at starte på alle GF2-forløb.

GF2 er rettet mod et specifikt hovedforløb. På GF2 som fitnessinstruktør får du undervisning i fag som f.eks. anatomi, fysiologi, træningslære, afsætning, erhvervsøkonomi m.m. Er det mere end et år siden du har

afsluttet folkeskolen, skal du starte direkte på grundforløbet GF2 som fitnessinstruktør. Du må kun starte på GF2-forløb tre gange i alt. GF2 varer 20 uger.

Uddannelsen som fitnessinstruktør hører under hovedområdet **Omsorg, Sundhed & Pædagogik**, og uddannelsen starter hvert år i januar og august.

Er du fyldt 25 år?

Hvis du er fyldt 25 år, tager du en særligt tilrettelagt ErhvervsUddannelse for Voksne - **EUV**. Uddannelsen tilrettelægges på baggrund af en kompetencevurdering – dvs. en vurdering af den uddannelse og erhvervs erfaring, som du allerede har. Din uddannelse bliver dermed i mange tilfælde kortere.

Adgangskrav og optagelse

For at begynde på en erhvervsuddannelses grundforløb skal du altid have afsluttet folkeskolen eller modtaget tilsvarende undervisning.

Adgangskravet til uddannelsen er mindst 2,0 i gennemsnit af dine eksamenskarakter i henholdsvis dansk og matematik. Dette krav gælder dog ikke, hvis du kommer med en uddannelsesaftale med en virksomhed.



TO DO-LISTE

- Tjek www.tradium.dk
- Ring til vejledningscenteret
- Tjek ansøgningsfrister
- Tag til åbent hus
- Ansøg på www.optagelse.dk

Vil du vide mere:

FITNESSINSTRUKTØR

Vester Allé 26
8900 Randers C
telefon 70 11 10 10

UDDANNELSESLÆDER

Lena Katrine Berg
lkb@tradium.dk
mobil 41 88 00 17

Kevin Skou Birk
keb@tradium.dk
mobil 41 88 00 16

STUDIEVEJLEDER

Bjarne Lauridsen
bul@tradium.dk
mobil 22 20 01 67

PRAKTIKPLADSKONSULENT

Lene Sommer Elle
lel@tradium.dk
mobil 23 47 93 94

Hvis du kommer direkte fra 9. eller 10. klasse, skal du desuden være uddannelsesparat.

Tilmelding til uddannelsen sker altid på www.optagelse.dk.

Hvis du er over 25, er det en god ide at kontakte skolen på forhånd.

Der er også adgangskrav, når du skal videre på hovedforløbet. Du skal have gennemført faget afsætning (E-niveau) og faget erhvervsøkonomi (F-niveau)

Uddannelsesaftale

Efter bestået grundforløb, skal du have en uddannelsesaftale med et fitness-center / virksomhed, før du kan forsætte på hovedforløbet.

Økonomi

På grundforløbet får du ikke løn, medmindre du har en uddannelsesaftale. Du kan søge SU, hvis du er over 18 år. Yderligere information kan ses på www.su.dk

Du får lærlingeløn fra den dag, hvor din uddannelsesaftale træder i kraft - både i praktik- og skoleperioderne. Er du fyldt 25 år, har du mulighed for at komme i voksenlære, hvor lønnen i hele læretiden normalt svarer til fagets mindsteløn.

Du kan på visse betingelser få tilskud til dækning af dine transportudgifter under uddannelsen. Yderligere information om ungdomskort kan ses på www.ungdomskort.dk