orientation
.ch

Spezialist Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP
Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP

Sport, Gesundheitsförderung

Als Spezialistin oder Spezialist Bewegungs- und Gesundheitsförderung bieten Sie Kurse oder Trainingsprogramme an, die Gymnastik, Stretching und Krafttraining kombinieren. Ihre Aufgabe ist es, das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensweise der Menschen zu verbessern. Sie tragen dazu bei, Krankheiten wie Fettleibigkeit, Osteoporose oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen.

Aufgaben

Ausgangslage ermitteln

- körperliche Verfassung der Kundin oder des Kunden beurteilen, zum Beispiel Kraft, Beweglichkeit, Körperfettanteil und Atemkapazität
- sich mithilfe eines Fragebogens ein besseres Bild von der Ausgangslage machen, um eventuelle Gesundheitsprobleme zu erkennen
- Angebot ausarbeiten, das auf die spezifischen Ziele wie Gewichtsverlust oder Muskelstärkung zugeschnitten ist

Programm vorbereiten und durchführen

- standardisiertes oder individuell angepasstes Trainingsprogramm für gesunde Personen erstellen
- Angebote für Gruppenkurse planen und konzipieren
- spezifisches Training vorschlagen, wenn das Programm von anderen Gesundheitsfachkräften erstellt wurde
- erklären, wie Geräte für das Kraft- oder Ausdauertraining, wie Rudergerät oder Laufband, funktionieren
- verschiedene Krafttrainingstechniken je nach verwendetem Gerät vorstellen
- korrekte Körperhaltung sowie die präzise Ausführung der Bewegungsabläufe sicherstellen

Teilnehmende begleiten und Mitarbeitende ausbilden

- Trainingseinheiten anleiten, Teilnehmende motivieren, ihnen zuhören und sie beraten
- Entspannungs- und Atemtechniken vermitteln
- sich fit halten
- Kolleginnen und Kollegen in verschiedenen Fachrichtungen ausbilden

Diätetik

- ausgewogene Ernährung vorschlagen, die auf den Lebensstil der Kundin oder des Kunden abgestimmt ist
- je nach Bedarf Nahrungsergänzungsmittel empfehlen, zum Beispiel Kohlenhydrate oder Proteine

Instandhaltung und Verkauf

- bei der Instandhaltung der Räumlichkeiten, der Ausrüstung und der Garderoben mitwirken
- Kundinnen und Kunden empfangen und auf ihre Bedürfnisse eingehen

- Produkte, Ausrüstung, Sportkleidung oder Abonnements verkaufen

Arbeitsumgebung

Als Spezialistin oder Spezialist Bewegungs- und Gesundheitsförderung arbeiten Sie allein oder im Team. Sie üben Ihre Tätigkeiten sowohl in der Halle als auch im Freien, etwa auf dem Sportplatz oder in der Natur, aus.

Arbeit finden Sie hauptsächlich in Fitness-, Wellness- und Gesundheitszentren, Vereinen, Sportclubs oder Sportausbildungszentren. Sie können auch als Privattrainerin oder Privattrainer im Spitzensport angestellt arbeiten oder sich selbstständig machen und ein eigenes Sportzentrum eröffnen.

Anforderungen und Interessen

Anforderungen

- Sinn für Bewegungen und Koordination
- Körperliche Widerstandsfähigkeit
- Analytische Fähigkeiten
- Pädagogische Fähigkeiten
- Vertrauen aufbauen können
- Kontaktfreudigkeit
- Sinn für Hygiene und Sauberkeit

Interessen

- Anderen Menschen helfen und sie pflegen
- Körperlich aktiv sein
- Informieren und sensibilisieren

Ausbildung

Die Ausbildung wird in der Regel berufsbegleitend in Form von Modulen gemacht.

Angebote

Alle anzeigen

https://orientation.ch/fr/recherche/formations?profession=128719

Dauer

1,5–3 Jahre

Fachrichtungen

- Fitness- und Gesundheitstraining

- Körper- und Bewegungsschulung

Zulassung

Die Zulassungsbedingungen für die Prüfung stehen in der **Prüfungsordnung** (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/download/6003).

Abschluss

Spezialist Bewegungs- und Gesundheitsförderung / Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis mit Nennung der Fachrichtung

Weiterbildung

Höhere Fachprüfung

- **Fachexperte/-expertin für Infektionsprävention im Gesundheitswesen HFP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/fachexperte-expertin-fuer-infektionspraevention-im-gesundheitswesen-hfp)
- **Experte/-expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/experte-expertin-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung-hfp)
- **Trainer/in Spitzensport HFP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/trainer-in-spitzensport-hfp)

Fachhochschule

- Bachelor of Science in **Sport, Sportwissenschaft** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/sport-sportwissenschaften)
- Bachelor of Science in **Ernährung und Diätetik** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/ernaehrung-und-diaetetik)

Ähnliche Berufe

Beruf
Trainer/in Leistungssport BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/trainer-in-leistungssport-bp

Beruf
Trainer/in Leistungssport BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/trainer-in-leistungssport-bp

Beruf
Schneesportlehrer/in BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/schneesportlehrer-in-bp

Beruf
Sportartenlehrer/in BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/sportartenlehrer-in-bp

Beruf
Wanderleiter/in BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/wanderleiter-in-bp

Beruf
Bergführer/in BP
https://orientation.ch/fr/de/berufe/bergfuehrer-in-bp

Weitere Infos

Swissdoc Nummer

0.721.59.0

Weiterführende Links

Berufsverband für Gesundheit und Bewegung (BGB) (https://bgb-schweiz.ch/)

OdA Bewegung und Gesundheit (https://www.bewegung-und-gesundheit.ch/)

Organisation der Arbeitswelt: Bewegungsberufe

Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband (SFGV) (https://www.sfgv.ch)

Gesetzliche Grundlagen (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/85040?lang=de)

Gesetzliche Grundlagen (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/85041?lang=de)