



Grundforløb: Krop og stil
 Varighed: 1 år 6 måneder
 Adgangskrav: Folkeskolens afgangseksamen

Erhvervsuddannelse på de tekniske skoler - en god **fremtid!**

Fitnessinstruktør

Fitnessinstruktøren arbejder i motions- og fitnesscentre med at instruere og motivere kunderne. Du skal kunne lægge træningsprogrammer og undervise både hold og enkeltpersoner, og du skal kunne justere træningsprogrammerne undervejs i forløbet.

Fitnessinstruktøren lærer om anatomi, fysiologi og sundhed og om forebyggelse af skader. Du skal også lære om brugen af de forskellige former for træningsudstyr, der bruges i fitnesscentre, så du kan instruere kunderne. Du vil desuden komme til at beskæftige dig med kundeservice, receptiønsarbejde og administration.

Specialer

Uddannelsen har følgende specialer:
 Fitnessinstruktør.

Hvor lang tid tager uddannelsen?

Uddannelsen til fitnessinstruktør tager 1 år og 6 måneder, hvoraf de 27-28 uger foregår på skole.

Kan jeg læse videre?

Du kan holde dig opdateret inden for dit fag med relevante kurser.

Vær opmærksom på...

Du skal have en praktikplads eller en kvoteplads for at kunne starte på indgangen.



Hvor kan jeg tage uddannelsen?

CPH West, Ishøj • EUC Nordvestsjælland, Holbæk • HANSENBERG, Kolding • Herningsholm Erhvervsskole • Randers Tekniske Skole • Tech College Aalborg

Eksempel: Fitnessinstruktør 1 år 6 mdr.



grundforløb praktik skoleophold

Uddannelsens varighed er angivet i skoleår à 40 uger. Grundforløbet kan variere fra 10-60 uger. Hvornår og hvordan skoleopholdene på hovedforløbet placeres, kan desuden være individuelt for den enkelte skole.