

# Fitnessbetreuung



## Kurzinfo

## Mein Berufsalltag

- ich berate Kund/innen bei der Auswahl und der Zusammenstellung ihres Trainingsprogrammes
- dabei berücksichtige ich Trainingsziele wie Muskelaufbau, Fettabbau, Herz-Kreislauf-Training
- ich führe Fitnesstests durch
- weiters bereite ich Trainingsgeräte vor, stelle sie ein und erkläre sie
- ich weiß über Arten und Wirkung von Gymnastikübungen Bescheid
- ich beobachte die Bewegungsabläufe der Kund/innen und korrigiere sie
- ich leite Trainingseinheiten für Einzelpersonen und Gruppen an
- zudem arbeite ich bei der Planung von Veranstaltungen mit
- ich kümmere mich um den Schriftverkehr und stelle Mitgliedskarten und Rechnungen aus

## Meine Interessen

## Ich bin interessiert an

- Sport und Ernährung
- Arbeit mit Menschen
- Motivation und Organisation

## Das ist meine Arbeit

In diesem Beruf erlerne ich die Erstellung von individuellen Trainingsprogrammen und die Auswahl der passenden Trainingsmethoden und -geräte. Ich erwerbe grundlegende Kenntnisse in Anatomie, Sportphysiologie, Sporttherapie, Ernährungslehre, Sport- und Freizeitpädagogik und Erste Hilfe. Zu meinen Aufgabenbereichen zählen außerdem Beratung und Verkauf verschiedener Produkte, wie Trainingsbekleidung, Nahrungsergänzungsmittel oder bestimmte Kosmetika. Zahlreiche kaufmännische Arbeiten erledige ich am Computer, teils mit branchenspezifischen Programmen. Ich schreibe Kundenlisten, Rechnungen, stelle Mitgliedskarten aus, führe den Schriftverkehr und nehme Reklamationen entgegen.

Ich bin vor allem in Fitness-Centern, Sportstudios, Freizeitanlagen sowie in Hotel- und Wellness-Resorts beschäftigt. Ich arbeite mit Berufskolleg/innen und Trainer/innen mit verschiedenen Spezialisierungen zusammen – wie etwa Aerobic-Trainer/innen, Yoga- und Gymnastiklehrer/innen. Hauptsächlich betreue ich die Kund/innen, stehe aber zudem in Kontakt mit Mitarbeiter/innen aus der Verwaltung und mit Lieferant/innen.



Blutdruckmessung durchführen



das Krafttraining begleiten



Termine koordinieren

## Zahlreiche Spezialisierungsformen

Viele Fitness-Center und Gesundheits-Institute spezialisieren sich auf spezifische Trainingsprinzipien, wie Rückenschule, Pilates, EMS-Training mit Reizstrom, Personal-Trainer und Konditionstraining.

### AUSBILDUNG



**Lehrzeit**  
3 Jahre



**Berufsschule**  
Landesberufsschule Feldkirch



**Anzahl der Lehrlinge  
in Vorarlberg**  
28 (13 m/15 w)



**Weiterentwicklung**

- Lehre und Matura
- Fachspezifische Sportkurse, Trainingsprogramme, betriebswirtschaftliche und kaufmännische Weiterbildungen, Sportmanagement
- Sport- und Schilehrerausbildung
- Berg- und Schiführerausbildung
- Trainerausbildung für verschiedene Sportarten

**Selbständigkeit** (bei der Erfüllung bestimmter Voraussetzungen):  
Freiberufliche/r Fitnessbetreuer/in,  
Sport-Trainer/in, Sportstudio

### VERWANDTE LEHRBERUFE

- Einzelhandelskaufmann/-frau
- Sportadministration

## Wichtige Eigenschaften

**Willst du folgende Eigenschaften einsetzen und erweitern?**

- Sportlichkeit
- Interesse an Gesundheit und Ernährung
- kaufmännisches Verständnis
- Umgang mit technischen Geräten
- rhetorische und didaktische Fähigkeiten
- Begeisterungs- und Motivationsfähigkeit
- gute Beobachtungsgabe
- Organisationstalent
- Flexibilität
- Verantwortungsbewusstsein
- Kontaktfreude
- Kundenorientierung
- Einfühlungsvermögen

MEHR INFOS UNTER  
**berufsprofile.at**  
**bifo.at**