

MEDIZINISCHER FITNESSTRAINER A-LIZENZ

Dein **WELCOME** Paket

Check-In & Einführung in Deinen Lehrgang, erste Schritte in Deiner Lernwelt, erfolgreiche Methoden, wie Du Dein Zeit- & Selbstmanagement optimierst, wie Du mit „Zeitfressern“ umgehst

GRUNDLAGEN, BESONDERHEITEN UND HERAUSFORDERUNGEN IM MEDIZINISCHEN TRAINING

Grundlagen des Medizinischen Fitnesstrainings

Prävention: Begriffsbestimmungen, sportliche Bewegung und Prävention, Zielgruppen, Krankheitsbilder, ZPP

Rehabilitation: Therapie, Anpassung an Immobilisation, Besonderheiten Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitstraining, Gangschule, Training in Wundheilungsphasen, Krankheitsbilder

Ausgewählte Krankheitsbilder: Ursache, Diagnostik & Therapie

Diabetes, Hypertonie, Schlaganfall, MS, Osteoporose, Arthrose, Erkrankungen Wirbelsäule, Schulter, Ellenbogen, Hüfte, Knie, Sprunggelenk

MEDIZINISCHES TRAINING IN DER PRAXIS

§ 20 SGB V – Tipps & Tricks

Rechtliche und organisatorische Grundlagen zu Präventionskonzepten nach § 20 SGB V

Präventionskonzepte – Best Practice

Verschiedene Präventionskonzepte nach § 20 SGB V

Training bei Verletzungen und Erkrankungen

Nachbehandlungs- und Belastungsschemata: Sprunggelenk und Unterschenkel, Knie, Hüfte und Oberschenkel, Schultergürtel, Ellenbogen, Wirbelsäule

Return-to-Sport

DER ZEITLICHE LEHRGANGSABLAUF

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Webinar (WEB) & Web-Based-Training (WBT)	Seminar (S)
Dein WELCOME Paket der Deutschen Sportakademie			WEB: Check-In-Webinar WBT: Zeit- und Selbstmanagement	
1	SB 1: Grundlagen des Medizinischen Fitnesstrainings	OT 1: Medizinisches Fitnessstraining		S 1: Training bei Verletzungen und Erkrankungen <i>2 Tage (präsent)</i>
2			WEB 1: Ausgewählte Krankheitsbilder: Ursache, Diagnostik & Therapie WEB 2: § 20 SGB V – Tipps & Tricks	
3			WEB 3: Präventionskonzepte – Best Practice	
ABSCHLUSSPRÜFUNG: KLAUSUR & MÜNDLICH-PRAKTISCHE PRÜFUNG				

