



## e-Learning Fitness

### Ein innovatives Tool für den Fitnesssektor in Europa

Es ist nun möglich, dank der Plattform "eLF - eLearning Fitness Project n. 511669-2010-LLP-IT-KA3-KA3MP", **durch die Teilnahme an Onlinekursen ein professioneller Fitnesstrainer zu werden**. Koordiniert wird das Angebot durch die Sapienza University of Rome and FIAF, die Italian Federation of Aerobics and Fitness mit der Unterstützung von 17 Hauptpartnern.

Das eLF Projekt zielt darauf ab, **professionelle Fitnesstrainer auszubilden, indem europäische Training Standards hinsichtlich Fitnesstrainings in Gruppen** inklusive kardiorespiratorischer Aspekte, Muskeltraining und Aquafitness, ebenso wie individuelles Fitnessstraining mit Gewichten, Kraftgeräten und Cardiofitness Maschinen, basierend auf EQF level 3 und Personal Training nach EQF level 4, vermittelt werden.

Das Projekt, welches über 25 europäische Länder einschließt, offeriert die Möglichkeit, an vielfältigen **FREIEN FERNLEARNKURSEN** teilzunehmen und vermittelt folgende Inhalte:

- Gruppenfitnesstrainer (Aerobic und Muskeltraining), EQF level 3
- Aquafitnesstrainer, EQF level 3
- Fitnesstrainer (freie Gewichte und Cardiofitness Maschinen) EQF level 3
- Personal Trainer, EQF level 4.

Für die Dauer der Onlinekurse wird ein Tutor die Teilnehmer unterstützen. Theoretische und praktische Zwischentests werden vor dem finalen Abschlusstest durchgeführt.

Zusätzlich werden **alle erfolgreichen Absolventen des Projekts in den ELF NATIONAL REGISTER** aufgenommen, der in allen teilnehmenden Ländern geführt wird. Der Register zertifiziert die Qualifikation sowohl für potentielle Kunden, als auch für Unternehmen, die an der Einstellung von Fitnesstrainern interessiert sind.

Für mehr Informationen, besuchen Sie unsere Website:

[www.elearningfitness.eu](http://www.elearningfitness.eu)

## ONLINE TRAININGSKURSE für professionelle Fitnesstrainer

Module verfügbar für  
Gruppenfitness-,  
Aquafitness-, Fitness- und  
Personal Trainer



Projektdauer:  
01/01/2011 – 31/03/2014

### Hauptziele:

- Einführung & Optimierung einer e-Learning Plattform basierend auf EQF-Fitness Mindeststandards;
- Erstellung einer nationalen Pilotenregisterplattform für professionelle Fitnesstrainer in 10 der Partnerländer.

