

---

**ONLINE TRAININGKURSE FÜR professionelle Fitnesstrainer,  
spezialisiert auf Fitnesstraining in Gruppen, AquaFitness,  
Fitness und Personal Training  
co-finanziert durch die Europäische Kommission**

Ein neues Angebot ermöglicht es, 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.

Co-finanziert wird das eLF Projekt durch die Europäische Union, insbesondere durch die EACAE, die einen Teil des LLP-Lifelong Learning research program bildet. 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 Fitnesstraining 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 FERNLERNKURSEN** 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

Die FREIEN Trainingskurse für 20 Teilnehmer pro Land beinhalten Fernlernkurse, basierend auf dem "eLearning" Modus und überdauern den Zeitraum von November 2012 bis June 2013. Für die Dauer der Onlinekurse wird ein Tutor die Teilnehmer unterstützen. Theoretische und praktische Zwischentests werden vor dem finalen Abschlusstest durchgeführt (Fahrkosten und andere Gebühren müssen vom Teilnehmer selbst geleistet werden). Die Teilnehmer müssen mindestens 18 Jahre alt sein und mindestens Abitur inklusive zwei Jahren Praxiserfahrung im Fitnessbereich, sowie eine Gesundheitsbescheinigung vorweisen.

Die Lerninhalte werden über ein Webportal online gestellt, wozu ein schneller Internetzugang unbedingt notwendig ist (z.B. ADSL). Weiterhin muss der Computer fähig sein, Audio- und Videodateien für multimediale Inhalte wiederzugeben.

Englische Sprachkenntnisse und Praxiserfahrung im Umgang mit einem Computer (Internet, Email, Soziale Netzwerke) sind indirekte Bedingung für die Teilnahme. Weiterhin wird eine hohe Motivation vorausgesetzt.

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.

Weitere Informationen über das eLF Projekt, die Aktivitäten und die Teilnahme, steht die Website [www.elearningfitness.eu](http://www.elearningfitness.eu) zur Verfügung.