

Studienbeschreibung

Fitnessfachwirt (IHK)



Um die Lesbarkeit des Textes zu erhalten, wurde auf das Nebeneinander weiblicher und männlicher Personen- und Berufsbezeichnungen verzichtet.

Dafür bitten wir alle Leserinnen um Verständnis.

Der Markt

Wir leben in einer Zeit wachsender Dienstleistungsmärkte. Das bedeutet: Steigender Wettbewerbsdruck, gut informierte und kritische Kunden sowie stark verkürzte Produktlebenszyklen führen zu einem erhöhten Handlungsdruck auf Unternehmen. Innovations-, Qualifikations- und Rationalisierungsmaßnahmen sind die Folge des Wandels. Für viele Unternehmen des Dienstleistungssegmentes besteht ein akutes Nachholbedürfnis zur Professionalisierung. Dabei spielt der Mensch als Schlüsselfaktor der Professionalisierungstendenzen eine wesentliche Rolle. Speziell Unternehmen des Dienstleistungssektors verlangen eine ganzheitlich ausgestattete Kompetenz ihrer Führungskräfte.

Von dieser Entwicklung ist in besonderer Weise die Dienstleistung Freizeit betroffen und in erster Linie das Teilsegment Fitnessbranche, die sich nach wie vor im Wachstum befindet. Veränderte Wertedispositionen in der Gesellschaft steigerten die Nachfrage im Bereich der Freizeitdienstleistungen. Das anhaltende Bedürfnis nach Selbstverwirklichung und Selbstentfaltung etabliert zunehmend einen freizeitorientierten Lebensstil. Darüber hinaus nahmen bislang die Zeitressourcen für Freizeit und die Kaufkraft der Deutschen ständig zu. Die damit verbundene rasante strukturelle Veränderung der Unternehmen der Fitnessbranche ist vorerst zum Stillstand gelangt und tritt in eine Konsolidierungsphase ein.

In dieser Phase werden neue Konzepte benötigt, die den veränderten Strukturen und den Anforderungen an die Managementfunktionen sowie der Komplexität der Branche gerecht werden können. Die Entwicklung solcher Konzepte erfordert von Unternehmen, Ausbildungsinstituten und dem Arbeitsmarkt eine intensive Auseinandersetzung hinsichtlich des geeigneten Führungskräfteprofils der Fitnessbranche. Dies umfasst auch die damit verbundene Beschaffungs- und Bindungsaufgabe, die mit neuen und qualifizierten Beschäftigungschancen für Freizeitwissenschaftler korrespondiert.

Für die Fitnessbranche zeichnet sich in Bezug auf Führungspositionen eine Trennung in fünf Funktionsgruppen deutlich ab. Diese sind:

- Anlagen-, Studio- oder Clubleiter
- Bereichsleiter Trainingsfläche
- Bereichsleiter Groupfitness
- Bereichsleiter Service
- Bereichsleiter Sales

Die Funktion des Clubleiters oder Studiomanagers wird zunehmend wichtiger. Innerhalb der Branche ist eine Tendenz zur Franchise- und Filialbetriebsbildung zu beobachten. Viele Inhaber von Freizeitanlagen, die durch den wirtschaftlichen Erfolg eine Bestätigung ihrer Konzepte erhalten, eröffnen eine zweite und dritte Anlage.

Die dynamische Entwicklung der Fitnessbranche als junges Teilsegment der Freizeitwirtschaft ist bedingt durch einen Strukturwandel, der eng mit den Veränderungsprozessen des gesamten Dienstleistungssektors verbunden ist. Es werden entsprechend ausgebildete Führungskräfte verlangt, die jedoch zurzeit am Arbeitsmarkt kaum verfügbar sind. Eine wichtige zukünftige Aufgabe der Fitnessbranche bleibt daher die Beschaffung und Motivation von interdisziplinär ausgebildeten Führungskräften. Diese müssen sowohl in ihrer Fach- und Methodenkompetenz als auch in ihrer Sozialkompetenz den vielschichtigen und gewandelten Anforderungen der Fitnessbranche gerecht werden.

Folgende Faktoren bestätigen die Notwendigkeit zur professionellen Beschaffung und Bindung geeigneter Führungskräfte als Kernaufgabe der Professionalisierung der Fitnessbranche:

- der gesellschaftliche Wertewandel
- die häufig mangelnden kaufmännischen Grundkenntnisse der Unternehmensgründer in der Fitnessbranche
- die unzureichende Verfügbarkeit akademischer und nichtakademischer Ausbildung in der Fitnessbranche im Teilbereich Personalmanagement
- das hohe Orientierungsbedürfnis der Fitnessclubbetreiber und -manager auf Fachmessen und Ausstellungen
- eine übergroße Nachfrage nach Unternehmensberatung im Verhältnis zu anderen Dienstleistungsbranchen

Die erfolgreiche Ausgestaltung eines Fitness-Clubs hängt nicht primär von den räumlichen Gegebenheiten und dem Geräteequipment ab, sondern von den angebotenen Dienstleistungen und der Qualität der Kommunikationsprozesse. Das entscheidende Differenzierungselement ist das Humankapital. Die hochklassige Betreuung, die Qualität der menschlichen Kommunikation und die persönliche Behandlung in der Servicesituation geben lernfähigen entwicklungsbereiten Unternehmen einen entscheidenden Wettbewerbsvorteil.

Die Persönlichkeit der Führungskraft rückt somit in den Mittelpunkt der Betrachtung. Zum Zwecke einer professionellen Entwicklung muss ein Führungskraftetyp beschafft und gebunden werden, der den Anforderungen der Fitnessbranche gerecht wird.

Die benötigten Qualifikationen werden durch die Ausbildung zum Fitnessfachwirt erworben. Mit dem Fitnessfachwirt (IHK) gibt es den ersten staatlich anerkannten Abschluss der Fitnessbranche, der trainingspraktische Elemente mit Management und Marketing im Fitness-Studio verbindet. Das IST-Studieninstitut bietet einen Vorbereitungsstudiengang für die Prüfung vor der IHK an. Die Absolventen des Studiengangs erhalten vom IST-Studieninstitut eine Teilnahmebescheinigung und können darüber hinaus die Prüfung zum Fitnessfachwirt (IHK) vor einem Prüfungsausschuss der Industrie- und Handelskammer ablegen. Außerdem haben sie die Möglichkeit den Ausbildereignungsschein zu erwerben sowie nach erfolgreich abgelegter IHK-Prüfung die Fitnessstraining B-Lizenz (IST) zu erhalten.

Aufgaben und Tätigkeitsfelder

Ziel der Ausbildung ist es, den Absolventen eine Wissens- und Handlungsbasis für eine anspruchsvolle Tätigkeit in der Fitnessbranche zu bieten. Da die Verbindung von Management, Marketing und trainingspraktischen Elementen im Mittelpunkt der späteren Tätigkeit stehen wird, ist Wissen in unterschiedlichen Bereichen nötig:

- **Gerätehandling**

Fitnessfachwirte müssen in der Lage sein, Ihren Mitgliedern und Kunden die Funktionsweise der Geräte sowohl im Ausdauer- als auch im Kraftbereich zu erläutern, damit die individuell optimale Einstellung bzw. das optimale Programm den Trainingserfolg der Teilnehmer sichert.

- **Sportmedizin**

Grundlagen zur Anatomie und Physiologie des Menschen sind unverzichtbare Basis für jeden, der im Fitnessbereich tätig sein möchte.

- **Ernährung**

Auch bei Fragen zur Ernährung (Nährstoffe, Nahrungsergänzung, usw.) ist der Fitnessfachwirt Ansprechperson. Zum einen sollten Grundlagen der Ernährungskunde weitervermittelt werden können, zum anderen sind Erkenntnisse der Ernährungsberatung von großer Wichtigkeit.

- **Gesundheits- und Fitnesstraining**

Allgemeines gesundheitsorientiertes Fitnesstraining ist das Hauptziel der Mitglieder im Fitness-Studio. Die optimale Trainingsplanerstellung und -gestaltung auf Grundlage einer angemessenen Diagnostik gehören zu den Hauptaufgaben eines Fitnesstrainers. Fitnessfachwirte haben die Qualifikation, diese Aufgaben zu übernehmen, sie sind aber auch in der Lage, angestellte Trainer in diesem Tätigkeitsfeld zu koordinieren. Weiterhin kann durch das erworbene Wissen die Qualität der Mitarbeiter ständig überprüft werden.

- **BWL und VWL**

Vor allen Dingen das Kalkulieren von Kosten und Preisen fällt in das Aufgabengebiet der Fitnessfachwirte, damit eine Dienstleistung unter optimalen Voraussetzungen angeboten werden kann.

- **Marketing und Management**

Fitnessfachwirte übernehmen in Fitness-Studios oder entsprechenden Bereichen von Hotels und Rehabilitationszentren Managementaufgaben und koordinieren Arbeitsabläufe.

- **Kundenbetreuung**

Sowohl die Kundengewinnung als auch die Kundenbindung sind entscheidende Faktoren für ein erfolgreiches Fitness-Unternehmen.

Das IST-Studieninstitut ist der Meinung, dass der berufsbegleitende Studiengang für die Ausbildung zum Fitnessfachwirt (IHK) besonders geeignet ist. Und das aus folgenden Gründen:

- Sehr viele potenzielle Teilnehmer dieser Fortbildung sind schon praktisch tätig, sei es im Sportverein (z. B. Übungsleiter) oder als Trainer im Fitness-Studio. Möglicherweise sehen einige Interessenten ihre berufliche Zukunft im Sport- und Fitness-Sektor und wollen als Seiteneinsteiger in diesen Bereich wechseln. Bei einer berufsbegleitenden Fortbildung kann die alte Tätigkeit weiter ausgeübt werden, und man kann sich ohne Druck auf ein neues Arbeitsgebiet vorbereiten.
- Wer schon im Sportbereich beruflich aktiv ist und Defizite auf verschiedenen Gebieten, z. B. in der Betriebswirtschaftslehre, ausgleichen möchte, muss dafür seine jetzige berufliche Beschäftigung nicht aufgeben. Für diese Zielgruppe ist eine berufsbegleitende Weiterbildung der einzige Weg, zu einem Abschluss zu gelangen.

Studienübersicht

Das IST-Studieninstitut bietet die 17-monatige Weiterbildung „Fitnessfachwirt (IHK)“ in Form einer Kombination aus 16 Studienheften und sieben Präsenzphasen an. Diese Unterrichtsform bringt Ihnen viele Vorteile:

Das Studienmaterial und die Konzeption dieser Weiterbildung wurden von der zuständigen staatlichen Stelle (Zentralstelle für Fernunterricht in Köln, www.zfu.de) überprüft und zugelassen. Das Fernstudium bietet Ihnen die Möglichkeit, die Weiterbildung problemlos berufsbegleitend durchzuführen und die meiste Zeit orts- und zeitunabhängig zu lernen.



Wir stellen Ihnen die Studienmaterialien zusätzlich im Internet als pdf-Dokumente zur Verfügung, sodass Sie sich diese auf Wunsch herunterladen und dann jederzeit an Ihrem Computer ansehen bzw. ausdrucken können. Die Teilnehmer, die das gesamte Studium online-gestützt durchführen möchten, d. h. auf gedruckte Studienhefte verzichten, erhalten eine Ermäßigung von fünf Prozent auf die Studiengebühren.

Im Folgenden sehen Sie eine Aufstellung der verschiedenen Studieninhalte:

Monat	Vermittlungsform	Inhalt
1. Monat	Studienheft 1	Volkswirtschaftslehre
2. Monat	Studienheft 2	Betriebswirtschaftslehre
	Studienheft 3	Arbeitsmethodik
3. Monat	Studienheft 4	Rechnungswesen und Controlling + EA*
	Studienheft 5	Qualitätsmanagement
4. Monat	Präsenzphase 1	Rechnungswesen und Qualitätsmanagement
	Studienheft 6	Recht
5. Monat	Studienheft 7	Unternehmensführung
6. Monat	Studienheft 8	Personalmanagement
7. Monat	Studienheft 9	Informationsmanagement – EDV + EA*
8. Monat	Studienheft 10	Mitglieder- und Studiomanagement
9. Monat	Studienheft 11	Marketing
	Präsenzphase 2	Fitnessmarketing und Verkauf
10. Monat	Studienheft 12	Anatomie
11. Monat	Studienheft 13	Physiologie
12. Monat	Studienheft 14	Trainings- und Bewegungslehre + EA*
13. Monat	Studienheft 15	Diagnostik und Testmethoden
14. Monat	Präsenzphase 3	Fitnessstraining und Gerätehandling
15. Monat	Studienheft 16	Zielgruppenorientiertes Fitnessstraining
16. Monat	Präsenzphase 4	Sportmedizin, Prävention und Rehabilitation
	Studienheft 17	Ernährungskunde und -beratung
17. Monat	Präsenzphase 5	Zielgruppentraining und Kursprogramme im Fitness-Studio
18. Monat	Präsenzphase 6	Prüfungsvorbereitung I
	Präsenzphase 7	Prüfungsvorbereitung II + IHK-Prüfung

(* EA = Einsendearbeit)

Nachfolgend möchten wir Ihnen die Inhalte der einzelnen Studieneinheiten vorstellen:

Studienhefte

STUDIENHEFT 1:

Volkswirtschaftslehre

- Grundbegriffe der Volkswirtschaftslehre
- Volkswirtschaftlicher Produktionsprozess
- Volkswirtschaftliches Rechnungswesen
- Makroökonomische Theorie
- Markt und Preisbildung
- Mikroökonomische Theorie
- Geld und Währung
- Konjunktur und Wirtschaftspolitik

STUDIENHEFT 2:

Betriebswirtschaftslehre

- Grundbegriffe und Abgrenzungen der Betriebswirtschaftslehre
- Standortfaktoren
- Betriebliche Funktionen
- Finanzierung und Investition
- Risikomanagement

STUDIENHEFT 3:

Arbeitsmethodik

- Protokoll- und Berichtstechniken
- Kommunikationstechniken

STUDIENHEFT 4:

Rechnungswesen und Controlling

- Finanzierung
- Steuern
- Risiko-Management
- Grundlagen des Rechnungswesens
- Grundlagen des Controlling



STUDIENHEFT 5:

Qualitätsmanagement

- Prozesse, Instrumente und Techniken des Qualitätsmanagements

STUDIENHEFT 6:

Recht

- Privatrecht
- Handelsrecht
- Gesellschaftsrecht
- Wettbewerbsrecht
- Arbeitsrecht

STUDIENHEFT 7:

Unternehmensführung

- Grundlagen der Unternehmensführung
- Führungsprozess
- Betriebliche Organisation

STUDIENHEFT 8:

Personalmanagement

- Instrumente des Personalmanagements
- Personalverwaltung und Entgeltpolitik
- Erfolgreiche Personalführung

STUDIENHEFT 9:

Informationsmanagement – EDV

- Hardware
- Datenmanagement
- Kommunikationsnetze

STUDIENHEFT 10:

Mitglieder- und Studiomanagement

- Betriebsorganisation
- Bereichsorganisation in Fitnessanlagen
- Prozessmanagement und Controlling in Fitnessanlagen

STUDIENHEFT 11:

Marketing

- Marketingkonzeption
- Allgemeine Informationsgrundlagen (Marktforschung)
- Strategisches Marketing: Analyse und Optionen
- Das Marketing-Mix-Instrumentarium

STUDIENHEFT 12:

Anatomie

- Knochen, Gelenke, Muskulatur, Sehnen
- Binde- und Stützgewebe
- Funktion der wichtigsten Muskeln und Muskelgruppen

STUDIENHEFT 13:

Physiologie

- Herz-Kreislauf-System
- Atmung
- Nervensystem
- Energiestoffwechsel
- Immunsystem

STUDIENHEFT 14:

Trainings- und Bewegungslehre

- Motorische Fähigkeiten
- Grundsätze der Trainingslehre
- Biomechanische Gesetzmäßigkeiten sportlicher Bewegung
- Bewegungsanalysen

STUDIENHEFT 15:

Diagnostik und Testmethoden

- Anamnese und diagnostische Möglichkeiten in Fitness-Studios
- Ausdauer- und Krafttests
- Tests zur Überprüfung von Beweglichkeit und Koordination

STUDIENHEFT 16:

Zielgruppenorientiertes Fitnesstraining

- Rückenschule und Rückentraining
- Training mit Übergewicht
- Senioreentraining

STUDIENHEFT 17:

Ernährungskunde und -beratung

- Bedeutung der Nährstoffe
- Ernährungsregeln
- Sonderformen der Ernährung
- Anamnese und Analyse
- Ernährungscontrolling
- Ernährung und Sport
- Körpergewicht und Körperfett
- Ideal- und Übergewicht

Präsenzphasen

Der begleitende Unterricht besteht aus sieben Präsenzphasen. Die Präsenzphasen geben den Teilnehmern die Möglichkeit, den Inhalt der Studienhefte zu vertiefen und in die Praxis zu transferieren.

Es ist für uns selbstverständlich, dass die Präsenzphase von praxiserfahrenen Dozenten durchgeführt werden, die über ein fundiertes Wissen in den verschiedenen Themenbereichen sowie langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung verfügen. Die Themen der einzelnen Präsenzphasen werden im Folgenden kurz vorgestellt:

PRÄSENZPHASE 1:

Rechnungswesen und Qualitätsmanagement

- Buchführung
- Gewinn- und Verlust-Rechnung
- Bilanz und Jahresabschluss
- Qualitätsmanagement

PRÄSENZPHASE 2:

Fitnessmarketing und Verkauf

- Marktdaten
- Ziele und Strategien eines Fitness-Studios
- Marketing-Mix in der Praxis
- Bedarfsermittlung
- Vertriebsformen und Verkaufspräsentationen
- Umsatzplanung und Controlling im Verkauf

PRÄSENZPHASE 3:

Fitnessstraining und Gerätehandling

- Grundlagen des Fitnessstrainings
- Kraft- und Ausdauertraining an Geräten
- Gerätekunde
- Gefahrenquellen
- Trainingsmethoden in der Praxis

PRÄSENZPHASE 4:

Sportmedizin, Prävention und Rehabilitation

- Sportverletzungen und Schäden am Bewegungsapparat
- Präventionsmaßnahmen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Maßnahmen nach Verletzungen und Krankheiten

PRÄSENZPHASE 5:

Zielgruppentraining und Kursprogramme im Fitness-Studio

- Zielgruppenspezifisches Training im Fitness-Sport
- Rückentraining und Wirbelsäulengymnastik
- Aerobic
- Stretching
- Didaktik und Methodik der Kursprogramme

PRÄSENZPHASE 6:

Prüfungsvorbereitung I

PRÄSENZPHASE 7:

Prüfungsvorbereitung II + IHK-Prüfung

Prüfungen

Lernerfolgskontrolle

Grundsätzlich werden in jedem Studienheft am Ende eines jeden Kapitels Lernkontrollfragen gestellt, die sich auf den vorangegangenen Text beziehen. Die Antworten zu diesen Fragen finden Sie immer am Ende des Heftes. Somit haben Sie die Möglichkeit, Ihren Lernerfolg selbst zu überprüfen.

Einsendearbeiten

In regelmäßigen Abständen sind Einsendearbeiten zu bearbeiten, die vom Fachbetreuer oder Fachautor korrigiert und an Sie zurückgeschickt werden. Jede Einsendearbeit besteht aus Aufgaben, die sich auf die vorangegangenen Studienhefte beziehen. Sie verteilen sich wie folgt:

MONAT 3: <ul style="list-style-type: none">• Volkswirtschaftslehre• Betriebswirtschaftslehre• Rechnungswesen und Controlling	MONAT 8: <ul style="list-style-type: none">• Recht• Unternehmensführung• Personalmanagement• Informationsmanagement – EDV
MONAT 12: <ul style="list-style-type: none">• Anatomie• Physiologie• Trainings- und Bewegungslehre	

Zulassungsvoraussetzungen

Die Zulassungsvoraussetzungen für die Prüfung zum Fitnessfachwirt (IHK) entnehmen Sie bitte unserer Homepage www.ist.de. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, falls Sie Fragen zur Zulassung haben. Wir prüfen Ihre individuellen Voraussetzungen.

Studienabschluss

Die Absolventen des Fernlehrgangs erhalten vom IST-Studieninstitut nach erfolgreicher Bearbeitung der Einsendearbeiten eine Teilnahmebescheinigung und nehmen an der Prüfung:

Fitnessfachwirtin (IHK)

oder

Fitnessfachwirt (IHK)

vor dem Prüfungsausschuss der IHK teil.

Wir sind für Sie da!

Während der gesamten Dauer Ihres Studiums steht Ihnen das Team der IST-Studienberatung für Fragen zu Aufbau, Ablauf und Organisation Ihres Studiengangs zur Verfügung. Wir informieren Sie frühzeitig über die Termine Ihrer Präsenzphasen und laden Sie zu jeder Präsenzphase mit einem persönlichen Schreiben unter Angabe der genauen Zeiten sowie der Anreise- und Übernachtungsmöglichkeiten ein. Bei einigen Präsenzphasen stehen Ihnen Studienberater persönlich zur Verfügung, um Ihre Fragen zu beantworten und Ihnen zusätzliche Informationen zu Ihrem Fernstudium zu geben.

Für inhaltliche und fachliche Fragen zu Ihren Studienmaterialien oder Präsenzphasethemen steht Ihnen unser Beratungsteam für den Fachbereich Fitness zur Verfügung. Unser Beratungsteam besteht aus Sportwissenschaftlern, lizenzierten Fitness- und Group-Fitnesstrainern und Betriebswirten.

Auch im Anschluss an Ihre Weiterbildung kümmern wir uns weiter um Sie:

Mithilfe der IST-Jobbörse **www.joborama.de** können Sie sich kostenfrei über offene Stellen in den Branchen Fitness, Wellness, Sport, und Tourismus informieren oder gezielt nach einer Stelle suchen, indem Sie Ihr individuelles Qualifikationsprofil kostenlos einstellen und so interessierten Arbeitgebern zugänglich machen.

Unser monatlicher **Online-Newsletter**, der Ihnen per E-Mail zugeschickt wird, enthält aktuelle Informationen zu Entwicklungen der Branche, zu Messen und Ausstellungen sowie zu neuen IST-Angeboten.

Für alle, die bereits eine Weiterbildung beim IST-Studieninstitut belegt haben und sich für ein weiteres IST-Angebot entscheiden, gewähren wir attraktive **Treue-Rabatte**.