



# KÓD 5520

**SPORT ÁGAZAT – TECHNIKUM  
5 ÉVES KÉPZÉS**

## **FITNESS-WELLNESS INSTRUKTOR**

Széles bázisú sport- és mozgástudományi alaptudás birtokában önállóan tervez, szervez és vezet csoportos, illetve egyéni edzéseket, edzésprogramokat, rekreációs sportlétesítményekben (pl.: fitness, wellness klubok, szállodák wellness részlegei, uszodák, szabadidőközpontok, tornatermek stb.).

A sportfoglalkozások vezetésén túl az érintett létesítményekben ügyfélszolgálati, recepció és marketingkommunikációs feladatokat is ellát.

**A szakképzettséggel betölthető legjellemzőbb munkakörök, tevékenységek:** *aerobik oktató, fitness-wellness asszisztens, aqua tréner, fitness oktató, aquafitness oktató, vízi aerobik oktató, csoportos fitness instruktork, fitness aerobik oktató, teremedző, fitness instruktork, kondicionáló edző, sportanimátor, fitness asszisztens, wellness asszisztens.*

**Ajánlott minden fiatal számára, akinek a sport, sportolás iránti elkötelezettsége oly mértékű, hogy szívesen választja ezt a területet hivatásául.**

A képzésben együttműködő partnereink:

Hotel Eger & Park \*\*\*\*  
Hotel Korona Eger \*\*\*\*  
Hq4 Fitness&Powelifting Team SE  
Egri Thai-Boksz SE  
Cross Team Eger SE

**Heves Megyei SZC Sárvári Kálmán Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium  
3300 Eger Pozsonyi utca 4-6.**

### **KOMPETENCIAELVÁRÁS**

Ügyes mozgás, sportolói jártasság, jó fizikum, jó ritmusérzék, jó kommunikációs készség,

### **A SZAKKÉPZETTSÉGGEL RENDELKEZŐ**

- a fizikai aktivitás fontosságát terjeszti, az általa oktatott mozgásprogramokat népszerűsíti;
- változatos hangulatú, dinamikájú és edzészhatású zenés órafajtákat tart;
- képes csoportos és egyéni vízi edzésprogramokat vezetni;
- a csoport tudásszintjének megfelelő gyakorlatanyagot állít össze, a terhelésintenzitást megfelelő módon szabályozza;
- a gyakorlatokat bemutatja és megtanítja;
- a kellemes csoportlégkört megteremti, a csoporttagokat motiválja;
- életkori sajátosságoknak megfelelő és egyéb speciális csoportos foglalkozásokat tervez és vezet;
- a hibákat felismeri, kijavítja, a sérüléseket megelőzi;
- szükség esetén elsősegélynyújtási feladatokat lát el;
- az erőfejlesztő és kardio-gépeken végzett egyéni edzéseket szakszerűen felügyeli;
- kapcsolódó adminisztratív feladatokat lát el.