

Ausbildung zum/zur zertifizierten Bungee Fitness Trainer/in

Unsere **7-stündige, praxisnahe Kompaktausbildung** qualifiziert Dich umfassend zum/zur **zertifizierten Bungee Fitness Trainer/in**. Ziel der Ausbildung ist es, Dir alle notwendigen **theoretischen und praktischen Bungee-Fitness-Grundlagen** zu vermitteln, damit Du eigenständig, sicher und professionell Bungee Fitness Kurse leiten kannst.

Du lernst den sicheren und fachgerechten Umgang mit dem Bungee-Equipment, den strukturierten Aufbau von Kursstunden sowie die korrekte Anleitung und Motivation der Teilnehmer. Die Ausbildung ist stark praxisorientiert und wird durch individuelle Betreuung ergänzt.

Zusätzlich erhältst Du **kostenlos ein exklusives Lernvideo**, das eine **komplette Bungee Fitness Stunde** beinhaltet. Dieses Video dient Dir zur Vor- und Nachbereitung sowie als Unterstützung für Deine ersten eigenen Kurse.

Ablauf der Ausbildung

Theorie – Teil 1

- Voraussetzungen an eine Bungee-Fitness-Stunde
- Arbeiten mit Musik
- Cueing (klare, sichere und motivierende Anleitung)

Praxis Teil

- Erarbeitung einer Bungee-Fitness-Choreografie
- Praktische Umsetzung
- Präsentation der erarbeiteten Ergebnisse

Theorie – Teil 2

- Kontraindikatoren und Sicherheitsaspekte
- Voraussetzungen und Verantwortung des Trainers / der Trainerin

Nach erfolgreich bestandener Prüfung erhältst Du ein **offizielles Trainerzertifikat**, das Dich zur eigenständigen Leitung von Bungee Fitness Kursen berechtigt. Nutze unser bestehendes Kursprogramm als Grundlage oder entwickle eigene Konzepte und unterrichte schon bald in Deinem eigenen Studio oder an kooperierenden Standorten.