Vitaltrainer*in

BERUFSBESCHREIBUNG

Vitaltrainer*innen unterstützen ihre Kund*innen in der Gesundheitsvorsorge und -förderung. In Kursen oder Einzelcoachings beraten sie Personen jeden Alters über einen bewussten und gesunden Lebensstil. Sie entwickeln Trainingsprogramme, die individuell auf die Voraussetzungen der Teilnehmer*innen und Gruppen abgestimmt sind. Sie informieren und beraten die Teilnehmer*innen über Bewegungstrainings, Entspannung und leiten sie bei den Trainingseinheiten und Übungen an. Dabei kombinieren sie unterschiedlichste Methoden, etwa das Outdoortraining, Stretching, Yoga und Qi-Gong. Besonderes Augenmerk richten Vitaltrainer*innen darauf die Eigeninitiative und die Befähigung der Teilnehmer*innen zu aktivieren, damit sie die Trainingsprogramme selbstständig weiter führen.

Die Möglichkeit der selbstständigen Berufsausübung hängt vom Umfang der erbrachten Leistungen ab. Soweit sich die Tätigkeit auf die Planung und Anleitung zu Fitnessübung für Gruppen oder Einzelpersonen beschränkt (Unterricht, Privatunterricht) und keine weitergehenden Beratungsleistungen damit verbunden sind, kann die Tätigkeit im Rahmen eines freien Berufes als Sporttrainer*in ausgeübt werden. Werden Beratungsleistung, etwa in der Ernährungsberatung oder sportwissenschaftlichen Beratung angeboten, darf dies nur nach entsprechender Ausbildung im Rahmen eines reglementierten Gewerbes (Lebens- und Sozialberatung, gegebenenfalls mit Einschränkung) erfolgen.

Vitaltrainer*innen üben ihre Tätigkeit häufig selbstständig und nebenberuflich aus. Sie sind aber auch in Gesundheitszentren, Fitnessclubs und Wellnesseinrichtungen angestellt. Die Ausbildung zum/zur Vitaltrainer*in erfolgt in Lehrgängen privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen.

Ausbildung

Die Ausbildung zum/zur Vitaltrainer*in erfolgt in Lehrgängen privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen.

© ibw-Institut für Bildungsforschung der Wirtschaft