

Liebe:r IST-Student:in,

herzlich willkommen am IST-Studieninstitut. Gerne möchten wir Dich hiermit über den Ablauf Deiner Weiterbildung „Präventionstrainer:in (12 Monate)“ informieren, damit Du diese flexibel gestalten kannst.

Deine Weiterbildung dauert in der Regel 12 Monate (siehe [Lehrplan](#)). Du bestimmst die tatsächliche Dauer selbst durch Deine Lerngeschwindigkeit. Nach der Regelstudienzeit steht Dir hierfür ein kostenloser Betreuungszeitraum von 9 Monaten zur Verfügung. Bei Bedarf können weitere Betreuungszeiträume (jeweils 6 Monate) zu einem Preis von 250 Euro hinzugebucht werden.

Alle Studieninhalte findest Du in Deinem Online-Campus über campus.ist.de und in unserer App „IST Campus“ (erhältlich in allen App-Stores).

Für Deinen Start findest Du nachfolgend eine Orientierung, wie Du Deine Weiterbildung optimal planen kannst, was Du bei der Buchung Deiner Veranstaltungen beachten solltest und wann Du welche Studienmaterialien erhältst.

Terminbuchung

Lehrveranstaltungen sind nicht fest in die Weiterbildung eingebettet, sondern Du kannst die Zeitpunkte eigenständig wählen. In Deinem Online-Campus in der Rubrik **Termine** kannst Du Dich für die von Dir gewünschten Studieninhalte anmelden.

Exemplarische Darstellung

Meine Veranstaltungstermine 1 | Seminare buchen 4 | Ergänzungsmodul buchen 2

Aktualisieren

Titel	Typ
+ Führen von Sportvereinen und -verbänden	Seminar
- Vorbereitung IHK Prüfung 1. Teil	Seminar

Datum	Freie Plätze	Titel	Adresse
28.08 - 01.09.24	39%	Vorbereitung IHK Prüfung 1. Teil	IST-Studieninstitut - Schwanenhöfe - Erkrather Str. 220 a-c, 40233 Düsseldorf
04.09 - 08.09.24	26%	Online: Vorbereitung IHK Prüfung 1. Teil	Online

+ Vorbereitung IHK-Prüfung 2. Teil | Seminar

+ Online-Tutorium: WBQ | Webinar

Prüfungen

Die Prüfungsleistungen Deiner Weiterbildung entnimmst Du Deiner Prüfungsordnung. Diese findest Du im Online-Campus unter den Rubriken **Mein Profil** → **Organisationsunterlagen**.

Für weitere Fragen kannst Du Deine Tutor:innen des Fachbereichs Fitness gerne per E-Mail an fitness@ist.de oder unter der Telefonnummer +49 211 86668 0 kontaktieren.

Mit freundlichen Grüßen

Dein IST-Team

Lehrplan

Idealverlauf	Versandmonat/ Freischaltung	Inhalte	Prüfungsleistung
1		▶ Start der Weiterbildung & Einführung ZPP (W)*	
2	1	▶ Anatomie und Physiologie (SH), (WBT) ▶ OV: Tipps und Tools zur Prüfungsvorbereitung (OV)	WT
3	2	▶ Trainings- und Bewegungslehre (SH), (WBT)	WT
4	2	▶ Diagnostik und Krafttraining (SH), (WBT)	WT
5	2	▶ Prävention und Gesundheitsförderung (SH), (OV) ▶ Gesundheit – Krankheit (OV) ▶ Klassifizierung von Gesundheit (OV)	WT
6	2	▶ Grundlagen und Methoden des Ausdauertrainings (SH) ▶ Grundlagen des Energiestoffwechsels (OV) ▶ Trainingsmethoden im Ausdauertraining (OV) ▶ Trainingsbereiche im Ausdauertraining (OV)	WT
7		▶ Nordic Walking in der Praxis (S)*	
8	7	▶ Sport- und Gesundheitspädagogik (SH), (OV)	WT
9	7	▶ Gesundheitspsychologie (SH), (OV)	WT
10	10	▶ Motivation & Coaching (SH)	WT
11	10	▶ Stressmanagement (SH)	WT
12		▶ Praktikum	Nachweis über 150 Stunden Praktikum

Abschlussprüfung

(OV = Online-Vorlesung; S = Seminar; SH = Studienheft; W = Webinar; WBT = Webbasiertes Training; WT = Webtest)

* Es stehen Dir frei wählbare Termine im Online-Campus zur Verfügung.



Bildung,
die bewegt