



Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband
Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute

Anleitung zum Ablauf der mündlichen Prüfungen „FitnessinstruktorIn mit eidg. Fachausweis“

Fachgebiete

Verkauf/Betreuung, Trainingslehre und Fachwissen

Die KandidatInnen erhalten zu Beginn ihrer mündlichen Prüfung zwei bis drei sogenannte „cases“, also Fälle oder eben Situationen, die man jeden Tag in einem klassisch kommerziell geführten Fitnesscenter antreffen könnte. Die „cases“ werden von den Prüflingen „gezogen“. Es entscheidet also gewissermassen das Los.

Nach einer kurzen, max. 5minütigen Vorbereitungszeit mit der Möglichkeit der Notizen, kann der Kandidat/die Kandidatin mit dem „case“ seiner/ihrer Wahl beginnen und im entsprechenden Fachgebiet zunächst das dazu gehörende Wissen und später immer mehr auch die Vernetzung zu den verschiedenen Gebieten desselben Fachgebietes aber auch zu anderen Fachbereichen präsentieren. Der Prüfungsexperte steuert lediglich das Gespräch und unterstützt wenn nötig. Natürlich bleibt auch die Möglichkeit, da und dort den KandidatInnen Fragen zu ihren Äusserungen zu stellen, um tieferes Wissen und vollständigere Vernetzung abzuprüfen.

Folgende „cases“ vergangener Prüfungen sind freigegeben worden, um sich damit auf bevorstehende Prüfungen vorzubereiten (dieser „open pool“ wird von Jahr zu Jahr erweitert werden):

Verkauf/Betreuung:

Open Case: Wie reagieren Sie und welches sind ihre Handlungen, wenn eine Kundin sich über eine gestrichene Stunde im Group Fitness Bereich beschwert.

Open Case: Ein Interessent erkundigt sich am Telefon nach dem Preis der Mitgliedschaft. Beschreiben Sie den weiteren Ablauf des Telefonates und ihre Handlungsweisen.

Open Case: Ein Interessent betritt ihr Fitnesscenter. Beschreiben Sie den weiteren Ablauf.

Trainingslehre:

- Open Case: Sie reagieren auf die Aussage eines Kollegen: „Falsch trainieren gibt es nicht! Hauptsache man trainiert!“
- Open Case: Diskutieren Sie die Aussage: „Senioren müssen anders trainieren als Jugendliche!“
- Open Case: Was halten Sie von der Aussage: „Ausdauertraining kann ich täglich machen, Krafttraining hingegen nicht!“
- Open Case: Sie werden mit der Aussage „Zum Abnehmen sind täglich zwei Stunden Ausdauertraining notwendig!“ konfrontiert. Reagieren Sie darauf fachkompetent.

Open Cases SFGV Fachwissen mündlich

OpenCase 1: Ein Kunde erkundigt sich nach einem physiologischen Rückentraining.

OpenCase 2: Gegen Ende der Step-Aerobicstunde stolpert eine Kundin über den Step und klagt über grosse Schmerzen am Fussgelenk.

OpenCase 3: In der zweiten Hälfte eines Gruppen Langhanteltrainings mit Musik, beklagt sich eine Kundin über Schwindel und sieht Sterne.

OpenCase 4: Ein Kunde möchte zum Aufwärmen in die Sauna.

Open Case 5: Ein Kunde hat abends Mühe mit Einschlafen und möchte deshalb am Abend trainieren.

Open Case 6: Ein Kunde erkundigt sich nach den Vor- und Nachteilen von Maschinen, freien Gewichten und Kabelzug.

Open Case 7: Ein Kunde hat nach der Übung Bankdrücken Muskelkater im kleinen Brustmuskel, und erkundigt sich, ob das normal sei.

Open Case 8: Ein Kunde wird von einem Physiotherapeuten nach einem Kreuzbandriss ins Fitnesscenter weitergeleitet, um die kniestabilisierende Muskulatur nach der erfolgreichen Rehabilitation zu stärken.