



# OdA **Bewegung und Gesundheit**

Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz

---

## **Wegleitung zur Prüfungsordnung**

---

**für Spezialist / Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis in den Fachrichtungen „Fitness- und Gesundheitstraining oder „Körper- und Bewegungsschulung“**

**Berufsprüfung nach modularem System mit Abschlussprüfung**

18.07.2019, Version 0.2

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
1.1	Zweck der Wegleitung	3
1.2	Berufsbild	4
1.3	Qualitätssicherungskommission	7
<b>2</b>	<b>Informationen zum Erlangen des Fachausweises</b>	<b>8</b>
2.1	Administratives Vorgehen	8
2.2	Gebühren zu Lasten der Kandidatinnen/Kandidaten	9
<b>3</b>	<b>Zulassungsbedingungen</b>	<b>10</b>
<b>4</b>	<b>Modulbeschreibungen</b>	<b>12</b>
4.1	Übersicht über das Modulsystem	12
4.2	Modulinhalte	13
<b>5</b>	<b>Modulprüfung / Kompetenznachweis</b>	<b>15</b>
5.1	Gültigkeitsdauer	15
5.2	Organisation, Zugang zu den Prüfungen, Durchführung	15
5.3	Beschwerde an die Kommission für Qualitätssicherung	15
<b>6</b>	<b>Abschlussprüfung</b>	<b>16</b>
6.1	Administratives Vorgehen	16
6.2	Organisation und Durchführung	16
6.2.1	Prüfungsteil 1: Schriftliche Prüfungen	17
6.2.2	Prüfungsteil 2: Mündliche Prüfungen	18
6.2.3	Prüfungsteil 3: Praktische Prüfung	19
6.3	Rahmenbedingungen	20
6.4	Beschwerde an das SBFI	20
<b>7</b>	<b>Übersicht über die Prüfungsteile und Noten</b>	<b>21</b>
<b>8</b>	<b>Notengebung</b>	<b>21</b>
<b>9</b>	<b>Anhang 1: Glossar</b>	<b>23</b>
<b>10</b>	<b>Anhang 2: Modulidentifikationen</b>	<b>25</b>
10.1	Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II	25
10.2	Basismodul 2: Trainingslehre II	27
10.3	Basismodul 3: Methodik, Didaktik, Lernpsychologie	29
10.4	Basismodul 4: Erweiterte Körper- und Bewegungskompetenz	31
10.5	Basismodul 5: Gerätegestützte und -unabhängige Bewegungskompetenz	34
10.6	Hauptmodul 1: Kursprogramme entwickeln und durchführen	36
10.7	Hauptmodul 2: Trainingsprogramm entwickeln und durchführen	38
10.8	Hauptmodul 3: Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention	40
10.9	Wahlmodul 1: Netzwerk und Weiterbildung	42
10.10	Wahlmodul 2: Verkauf und Administration	44
10.11	Wahlmodul 3: Mitarbeiterführung	46

---

## **1 Einleitung**

Gestützt auf Ziffer 2.2.1 der Prüfungsordnung über die Berufsprüfung für Spezialist / Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung vom 22. Oktober 2015 erlässt die Qualitätssicherungskommission (QSK) folgende Wegleitung.

Der eidgenössische Fachausweis Spezialist/Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung, Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder „Körper- und Bewegungsschulung“ wird durch die bestandene Berufsprüfung erworben. An der Berufsprüfung werden die in den Modulidentifikationen aufgeführten sowie in der Berufspraxis erworbenen Kompetenzen geprüft. Die Kompetenzen wurden in einem Verfahren mit Fachleuten ermittelt und zu einem Kompetenzprofil zusammengefasst.

---

### **1.1 Zweck der Wegleitung**

Die Wegleitung gibt den Prüfungskandidatinnen und Prüfungskandidaten einen Überblick über die eidgenössische Berufsprüfung. Sie beruht auf der Prüfungsordnung über die Berufsprüfung für Spezialist / Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung vom 22. Oktober 2015.

Die Wegleitung beinhaltet:

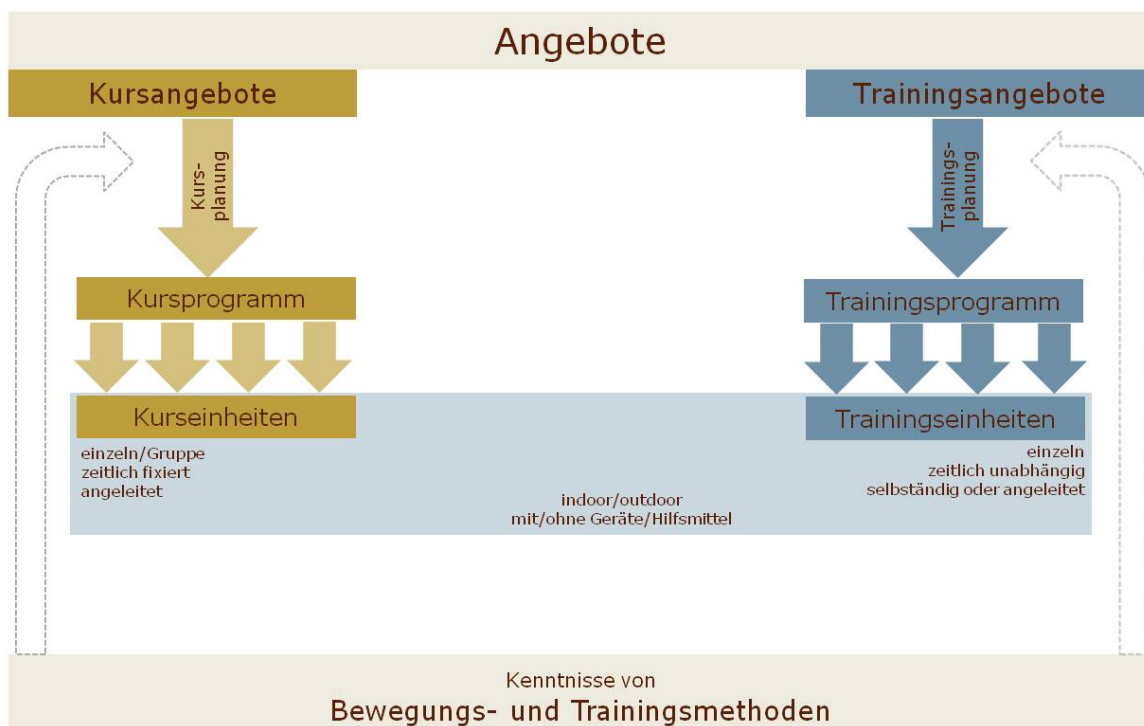
- Alle wichtigen Informationen zur Vorbereitung und Durchführung der Berufsprüfung
- Informationen zu den Modulen
- Eine detaillierte inhaltliche Beschreibung der Berufsprüfung
- Die Modulidentifikationen

**Arbeitsgebiet**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist hauptsächlich in Fitness-, Gesundheits-, Gymnastik- oder Bewegungszentren/Unternehmen tätig. Er/Sie ist spezialisierter Anbieter/in von gesundheitsfördernden Kurs- und Trainingsangeboten. Sein/Ihr Arbeitsbereich umfasst sämtliche Prozesse der Kundenbetreuung vom Erstkontakt mit Gesundheitsprüfung (Anamnese) über das Erfassen des aktuellen Lebensstils mit anschließender konkreter Planung von Kurs- und Trainingseinheiten bis zur Durchführung der Einheiten und deren Evaluation. Durch den direkten und engen Kundenkontakt bildet der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung die zentrale Schnittstelle zwischen den Kundinnen und Kunden, den Grundsätzen und der Philosophie des Unternehmens sowie externen Fachpersonen wie Ärzten, Physiotherapeuten oder Ernährungsberatern. Aufgrund unterschiedlicher Arbeitsmodelle und – je nach Center – Schichtbetrieb im Unternehmen beteiligt er/sie sich zudem verantwortungsvoll und vorausschauend am Informations- und Wissensaustausch innerhalb des Teams, um eine lückenlose Betreuung der Kundinnen und Kunden sicherstellen zu können.

**Übersicht über die Angebote der Spezialistin/des Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder „Körper- und Bewegungsschulung“.**

## Berufsfeld Bewegung und Gesundheit



## **Wichtigste berufliche Handlungskompetenzen**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist ausgewiesene/r Fachexpert/in im Berufsfeld Bewegung, Fitness und Gesundheit. Sein/Ihr vertieftes Fachwissen in der Trainingslehre, der Anatomie und Physiologie sowie der Methodik, Didaktik und Lernpsychologie verbindet er/sie zusammen mit den Bedürfnissen und Zielen der Kundinnen und Kunden oder Kundengruppen zu massgeschneiderten Kurs- und Trainingsangeboten mit oder ohne gerätegestütztem Equipment. Er/Sie klärt die Themenfelder mit Handlungsbedarf der Kundinnen und Kunden ab und achtet auf allfällige einschränkende Faktoren. Dies geschieht sowohl im Rahmen der Planung vor wie auch laufend während der Durchführung des Kurs- und Trainingsangebots und gilt gleichermaßen für Gruppeninstruktionen wie auch die 1:1-Betreuung. Mit seinen/ihren Kurs- und Trainingsangeboten strebt der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung eine langfristige gesundheitsorientierte Verhaltensänderung bei seinen/ihren Kundinnen und Kunden im Sinne der nachhaltigen Gesundheits- und Bewegungsförderung an. Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung führt die Kurs- oder Trainingseinheit durch und hat auch bei einer Einzelbetreuung immer die gesamte Bewegungs- und Trainingsfläche im Blick. Er/Sie verfügt über eine eigene ausgeprägte Bewegungskompetenz und nimmt im und um das Center/Unternehmen eine Vorbildfunktion hinsichtlich Bewegungskompetenz und gesundem Lebensstil ein. Für den/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung können zusätzliche Tätigkeiten in den Bereichen Kontaktpflege, Mitarbeiterführung sowie Verkauf und Administration anfallen.

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung wählt in seiner/ihrer Ausbildung zwischen zwei Fachrichtungen: „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder „Körper- und Bewegungsschulung“

Der/Die Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung“ Fitness- und Gesundheitstraining“ ist speziell ausgebildet in der Planung von gerätegestützten Trainingsangeboten, die er/sie in Fitness- und Gesundheitscentern/ Unternehmen durchführt und dabei als Hilfsmittel auf einen entsprechend ausgerüsteten Gerätepark zurückgreift. Er/Sie plant individuelle und auf die einzelne Kundin oder den einzelnen Kunden optimal zugeschnittene gerätegestützte Trainingsangebote und passt diese bei der Durchführung laufend den aktuellen Gegebenheiten und Bedürfnissen der Einzelperson an.

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ ist speziell ausgebildet in Körperformung, Bewegungsformung und -gestaltung, in Atmungs- und Entspannungsmethoden sowie Trainingsformen mit Hilfsgeräten. Er/Sie führt Kursangebote für verschiedene Alters- und Zielgruppen durch, die in Fitness- und Gesundheitscentern/Unternehmen oder in Gymnastik- und Bewegungscetern/Unternehmen angeboten werden. Er/Sie schult auch einzelne Personen, für die er/sie den individuellen Bedürfnissen angepasste Kurseinheiten gestaltet.

## **Berufsausübung**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung trägt in seinem/ihrer Beruf eine sehr grosse Verantwortung den Kundinnen und Kunden gegenüber. So erkennt er/sie allfällige bewegungs- oder gesundheitseinschränkende Faktoren frühzeitig und zuverlässig und passt die Angebote oder die aktuelle Instruktion umgehend an resp. verweist bei Bedarf auf externe Expertinnen und Experten. Er/Sie achtet bei der Durchführung der Kurs- resp. Trainingseinheit mit oder ohne gerätegestütztem Equipment genau auf die korrekte Bewegungsausführung der Kundinnen und Kunden und handelt bei Fehlbewegungen sofort, um gesundheitsschädigende Auswirkungen verhindern zu können. Für die Ausübung seiner/ihrer beruflichen Tätigkeit stehen dem/der Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung verschiedene Modelle zur Verfügung: Er/Sie arbeitet Voll- oder Teilzeit in einem Fitness-, Gesundheits-, Gymnastik- oder Bewegungscetern/Unternehmen als Angestellte/r oder auch als Selbstständige/r mit eigenem Center/Unternehmen. Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung arbeitet vorwiegend in Centern/Unternehmen indoor, wobei einzelne Bewegungsangebote auch outdoor, auf Sportplätzen oder in der Natur stattfinden können.

**Beitrag an Gesellschaft, Wirtschaft, Natur und Kultur**

Durch seine/ihre Tätigkeit fördert der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung nachweislich die Gesunderhaltung und Leistungssteigerung der Kundinnen und Kunden und leistet so indirekt einen wertvollen Beitrag zur Volkswirtschaft.

Die Ausübungen der gesundheitswirksamen Bewegungen sind für Natur und Umwelt sehr ressourcenschonend. Die Natur wird nicht gestört, es müssen keine grossen Anlagen gebaut werden, der Energieverbrauch liegt sehr tief, kurz, die Nachhaltigkeit ist evident.

---

### **1.3 Qualitätssicherungskommission**

Alle Aufgaben im Zusammenhang mit der Fachausweiserteilung werden einer Qualitätssicherungskommission (QSK) übertragen. Die QS-Kommission setzt sich aus 7 Mitgliedern zusammen und wird durch die Trägerschaften für eine Amtsdauer von 3 Jahren gewählt. Die detaillierte Aufstellung der Aufgaben der QSK kann der Prüfungsordnung Ziff. 2.2 entnommen werden.

Die QSK setzt für die Durchführung der Berufsprüfung pro Prüfungsort eine Prüfungsleitung ein. Diese ist für die organisatorische Umsetzung, die Begleitung der Expertinnen und Experten vor Ort und die Beantwortung von Fragen der Prüfungskandidatinnen und -kandidaten vor Ort verantwortlich. Sie berichtet der QSK in einer Notensitzung über den Verlauf der Berufsprüfung und stellt die Anträge zur Erteilung des Fachausweises.

Die Prüfungsexpertinnen und -experten sind für die Durchführung und Bewertung der schriftlichen, mündlichen und praktischen Prüfungen zuständig.

Die QSK setzt ein Prüfungssekretariat ein. Dieses schreibt mindestens 10 Monate vor Prüfungsbeginn die Berufsprüfung aus, bestätigt die Zulassung der Kandidatinnen und Kandidaten zur Berufsprüfung und organisiert die Erstellung und den Versand der Notenausweise und Diplome. Termine und Formulare sind bei der OdA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, 0848 000 423, [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch), zu beziehen. Bei weiteren Fragen können sich die Kandidatinnen und Kandidaten an das Prüfungssekretariat wenden.

#### **Kontaktadresse des Prüfungssekretariats ist:**

OdA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, Tel. 0848 000 423, [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch), [info@bewegung-und-gesundheit.ch](mailto:info@bewegung-und-gesundheit.ch).

---

## 2 Informationen zum Erlangen des Fachausweises

Um den Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung zu erlangen, müssen verschiedene Bedingungen erfüllt sein. Wie die Prüfungskandidatinnen und Prüfungskandidaten schrittweise vorgehen können und welche Voraussetzungen sie erfüllt haben müssen, wird im folgenden Kapitel dargestellt.

---

### 2.1 Administratives Vorgehen

Folgende Schritte müssen für eine erfolgreiche Anmeldung zur Berufsprüfung beachtet werden. Diese sind aus der Sicht der Kandidatinnen und Kandidaten dargestellt.

#### **Schritt 1: Ausschreibung der Berufsprüfung**

Die Berufsprüfung wird mindestens 10 Monate vor Prüfungsbeginn in allen drei Amtssprachen ausgeschrieben. Sie informiert über:

- Prüfungsdaten
- Prüfungsgebühr
- Anmeldestelle
- Anmeldefrist
- Ablauf der Prüfung

Termine und Formulare sind bei der OdA Bewegung und Gesundheit, Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz, Geschäftsstelle, 3000 Bern, 0848 000 423, [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch), zu beziehen.

#### **Schritt 2: Prüfen der Zulassungsbedingungen**

Die Kandidatinnen und Kandidaten prüfen, ob sie die Zulassungsbedingungen erfüllen, die unter Ziffer 3 der Prüfungsordnung aufgeführt sind. Können alle Nachweise erbracht werden, so wird die Anmeldung ausgefüllt.

#### **Schritt 3: Anmeldung zur Berufsprüfung**

Zur Anmeldung verwenden die Kandidatinnen und Kandidaten das vorgegebene Formular. Der Anmeldung beizulegen sind:

- a) Kopie des geforderten anerkannten Erstausbildungsabschlusses (Stufe EFZ) oder gleichwertigkeitsbestätigter Ausbildungsabschluss oder Maturitätszeugnis;
- b) eine Zusammenstellung über die bisherige berufliche Ausbildung und Praxis;
- c) Kopien der für die Zulassung geforderten Arbeitszeugnisse und aller der für die Berechnung der Berufspraxis relevanten Arbeitsverträge;
- d) Kopien der Modulabschlüsse bzw. der entsprechenden Gleichwertigkeitsbestätigungen;
- e) Angabe der Prüfungssprache;
- f) Angabe des Prüfungsdatums;
- g) Kopie eines am Prüfungsdatum gültigen BLS (CPR) - Ausweises;
- h) Kopie eines amtlichen Ausweises mit Foto;
- i) Angabe der Sozialversicherungsnummer (13-stellige AHV-Nummer)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Die rechtliche Grundlage für diese Erhebung findet sich in der Statistikerhebungsverordnung (SR 431.012.1; Nr. 70 des Anhangs). Die QS-Kommission bzw. das SBFJ erhebt im Auftrag des Bundesamtes für Statistik die AHV-Nummer, welche es für rein statistische Zwecke verwendet.



#### **Schritt 4: Entscheid über die Zulassung**

Die Kandidatinnen und Kandidaten erhalten mindestens drei Monate vor Beginn der Berufsprüfung den schriftlichen Entscheid über die Zulassung. Die Zulassung erfolgt unter dem Vorbehalt, dass die Zulassungsbedingungen erfüllt sind. Bei einem ablehnenden Entscheid werden eine Begründung und die Rechtsmittelbelehrung angeführt.

#### **Schritt 5: Einzahlung der Prüfungsgebühr**

Die Kandidatinnen und Kandidaten entrichten nach erfolgter Zulassung zur Berufsprüfung die Prüfungsgebühr.

#### **Schritt 6: Erhalt des Aufgebots**

Die Kandidatinnen und Kandidaten erhalten mindestens vier Wochen vor Prüfungsbeginn ein Aufgebot. Dieses beinhaltet:

- Das Prüfungsprogramm mit Angaben über Ort und Zeitpunkt der Abschlussprüfung sowie die zulässigen und mitzubringenden Hilfsmittel.
- Das Verzeichnis der Expertinnen und Experten.

---

## **2.2 Gebühren zu Lasten der Kandidatinnen/Kandidaten**

Die Kandidatin/Der Kandidat entrichtet die Prüfungsgebühr nach bestätigter Zulassung. Die Gebühren für die Ausfertigung des Fachausweises, die Eintragung in das Register der Fachausweisinhaberinnen und -inhaber sowie allfälliges Materialgeld werden separat erhoben. Diese gehen zu Lasten der Kandidatinnen und Kandidaten.

Kandidatinnen/Kandidaten, die fristgerecht oder aus entschuldbaren Gründen von der Berufsprüfung zurücktreten, wird der einbezahlte Betrag unter Abzug der entstandenen Kosten rückerstattet. Sie können ihre Anmeldung bis zu acht Wochen vor Beginn der Berufsprüfung zurückziehen. Zu einem späteren Zeitpunkt ist ein Rückzug nur mit entschuldbaren Gründen möglich. Entschuldbare Gründe sind:

- Mutterschaft (ärztliches Attest)
- Krankheit und Unfall (ärztliches Attest)
- Todesfall im engeren Umfeld (Bescheinigung)
- Unvorhergesehener Militärdienst, Zivildienst oder Zivilschutzdienst (Aufgebot)

Der Rücktritt muss der Kommission für Qualitätssicherung unverzüglich schriftlich nach dem Eintritt des Hinderungsgrundes per Einschreiben mitgeteilt und belegt werden.

Im Falle eines Nichtbestehens besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Prüfungsgebühr.

Die Prüfungsgebühr für Kandidatinnen und Kandidaten, welche die Abschlussprüfung wiederholen, wird von der Kommission für Qualitätssicherung festgelegt.

Auslagen für Reise, Unterkunft, Verpflegung und Versicherung während der Abschlussprüfung gehen zu Lasten der Kandidatinnen/Kandidaten.

---

### 3 Zulassungsbedingungen

#### 3.1 Zur Abschlussprüfung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ wird zugelassen, wer folgende Nachweise erbringt:

- a) ein eidg. Fähigkeitszeugnis Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung, die erforderlichen Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen sowie eine Berufspraxis gemäss Berufsbild Art. 1.2 von mind. 3500 Std. über einen Zeitraum von mind. 2 und max. 5 Jahren vom Prüfungsdatum an zurückgerechnet.

oder

- b) ein anderes eidg. Fähigkeitszeugnis oder einen Maturitätsabschluss und die erforderlichen Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen sowie eine Berufspraxis gemäss Berufsbild Art. 1.2 von mind. 5000 Std. über einen Zeitraum von mind. 2,5 und max. 5 Jahren vom Prüfungsdatum an zurückgerechnet.

und

- c) ein am Prüfungsdatum gültiger BLS (CPR) - Ausweis vorlegt.

Vorbehalten bleibt die fristgerechte Überweisung der Prüfungsgebühr nach Ziff. 3.41 der Prüfungsordnung.

#### 3.2 Zur Abschlussprüfung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ wird zugelassen, wer folgende Nachweise erbringt:

- a) ein eidg. Fähigkeitszeugnis Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung, die erforderlichen Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen sowie mind. 500 Std. geleitete Kurseinheiten gemäss Berufsbild Art. 1.2 in einem Zeitraum von mind. 2 und max. 5 Jahren vom Prüfungsdatum an zurückgerechnet.

oder

- b) ein anderes eidg. Fähigkeitszeugnis oder einen Maturitätsabschluss und die erforderlichen Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen, sowie mind. 750 Std. geleitete Kurseinheiten gemäss Berufsbild Art. 1.2 in einem Zeitraum von mind. 2,5 und max. 5 Jahren vom Prüfungsdatum an zurückgerechnet.

und

- c) ein am Prüfungsdatum gültiger BLS (CPR) - Ausweis vorlegt.

Vorbehalten bleibt die fristgerechte Überweisung der Prüfungsgebühr nach Ziff. 3.41 der Prüfungsordnung.

#### 3.3 Folgende Modulabschlüsse müssen für die Zulassung zur Abschlussprüfung vorliegen:

- Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II
- Basismodul 2: Trainingslehre II
- Basismodul 3: Methodik, Didaktik, Lernpsychologie
- Hauptmodul 3: Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention

**Zudem müssen folgende zwei Modulabschlüsse je Fachrichtung nach Wahl vorliegen:**

**Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“**

- Basismodul 5: Erweiterte gerätegestützte und geräteunabhängige Bewegungskompetenz
- Hauptmodul 2: Trainingsprogramme entwickeln und durchführen

**Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“**

- Basismodul 4: Erweiterte Körper- und Bewegungskompetenz
- Hauptmodul 1: Kursprogramme entwickeln und durchführen

**Zusätzlich muss für beide Fachrichtungen ein Modulabschluss der drei folgenden Wahlmodule vorliegen:**

- Wahlmodul 1: Netzwerk und Weiterbildung
- Wahlmodul 2: Verkauf und Administration
- Wahlmodul 3: Mitarbeiterführung

Inhalt und Anforderungen der einzelnen Module sind in den Modulbeschreibungen der Trägerschaft (Modulidentifikation inklusive Anforderungen an die Kompetenznachweise) festgelegt. Diese sind Bestandteil der Begleitung.

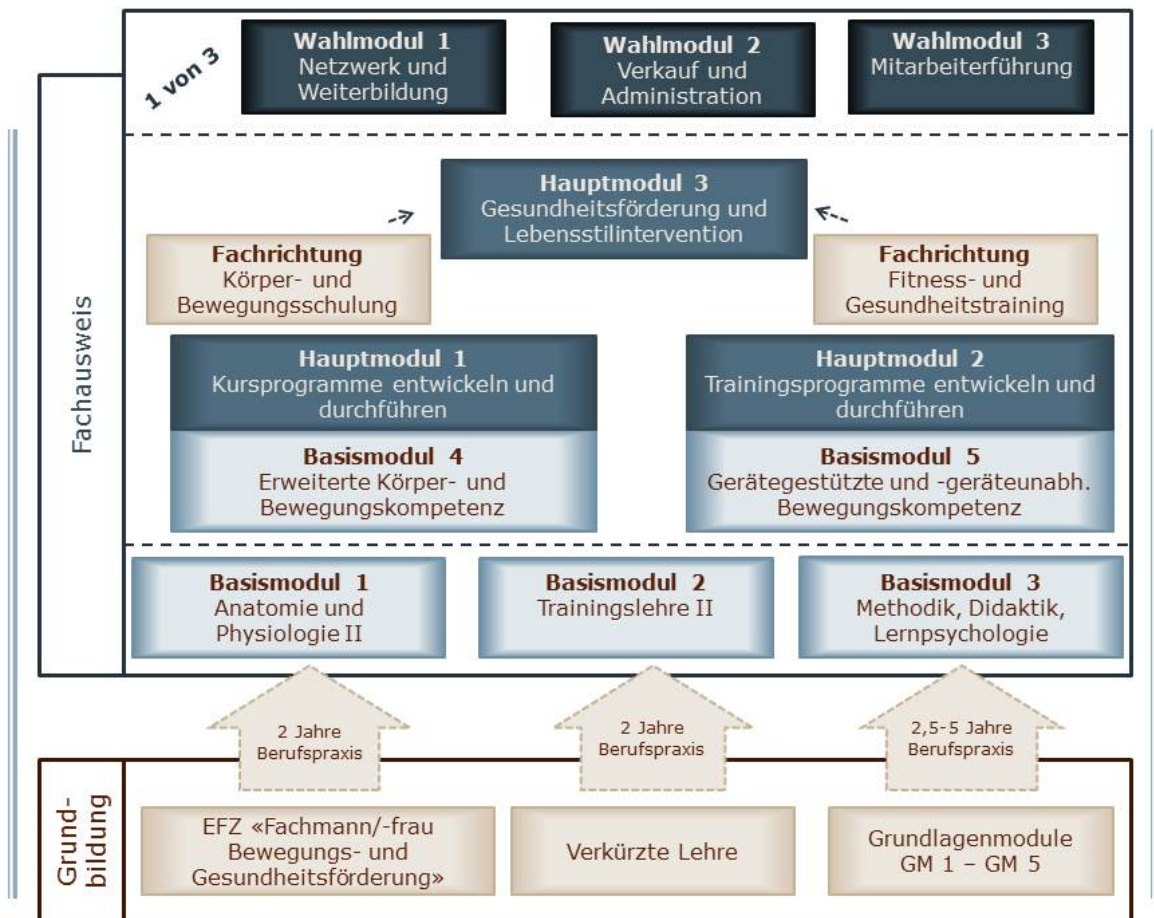
Über die Gleichwertigkeit von ausländischen Ausweisen und Diplomen entscheidet die QSK.

## 4 Modulbeschreibungen

Die Grundstruktur der Ausbildung entspricht dem Modell „modular mit abschliessender Berufsprüfung“. Bevor die Kandidatinnen und Kandidaten die Berufsprüfung antreten können, müssen die im Kapitel 3 aufgeführten geforderten Modulabschlüsse nachgewiesen werden.

### 4.1 Übersicht über das Modulsystem

Der Weg zum Fachausweis sieht folgendermassen aus:



---

## 4.2 Modulinhalt

Die beruflichen Handlungskompetenzen sind in folgende 11 Module gegliedert.

- Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II
- Basismodul 2: Trainingslehre II
- Basismodul 3: Methodik, Didaktik, Lernpsychologie
- Basismodul 4: Erweiterte Körper- und Bewegungskompetenz
- Basismodul 5: Erweiterte gerätegestützte und geräteunabhängige Bewegungskompetenz
  
- Hauptmodul 1: Kursprogramme entwickeln und durchführen
- Hauptmodul 2: Trainingsprogramme entwickeln und durchführen
- Hauptmodul 3: Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention
  
- Wahlmodul 1: Netzwerk und Weiterbildung
- Wahlmodul 2: Verkauf und Administration
- Wahlmodul 3: Mitarbeiterführung

Die 11 Module bauen auf den zentralen Handlungsfeldern des Spezialisten/ der Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung auf. In der Folge werden die einzelnen Module inhaltlich im Überblick beschrieben. Detaillierte Informationen zu den 11 Modulen sind im Anhang 2 „Modulidentifikationen“ zu finden.

### **Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung leitet in Fitness- oder Bewegungszentren Einzelpersonen oder Gruppen beim Ausführen von Bewegungen an. Die ganzheitliche Beratung in Bezug auf Bewegung, Entspannung und Ernährung steht dabei stets im Zentrum. Diese Beratung stützt der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung auf sein/ihr aktuelles und fundiertes Fachwissen zur Anatomie und Physiologie ab.

### **Basismodul 2: Trainingslehre II**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung führt Datenerhebungen oder Testings mit Kundinnen und Kunden durch und leitet daraus geeignete Kurs- und Trainingsprogramme ab. Um diese Arbeitsschritte vorzunehmen, setzt der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung sein/ihr Fachwissen aus dem Bereich Testing und Trainingslehre ein. Das heißt, er/sie verfügt über ein breites Wissen im Bereich von Trainingsprinzipien, -inhalten und -methoden sowie der Trainingssteuerung.

### **Basismodul 3: Methodik, Didaktik, Lernpsychologie**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung erstellt aufgrund von Leitzielen Unterrichts- und Kursplanungen und wählt dazu gezielt Medien und Methoden sowie die passenden Sozialformen aus. Er/Sie verfügt über grundlegende Kenntnisse der Kommunikation und analysiert das eigene Kommunikationsverhalten. Er/Sie verfügt über fundierte Kenntnisse über die Merkmale einer Gruppe und Gruppenprozesse und ist fähig schwierige Situationen zu meistern, zudem besitzt er/sie Kenntnisse in der Lernbiologie.

### **Basismodul 4: Erweiterte Körper- und Bewegungskompetenz**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ verfügt über vertiefte Kenntnisse und Fähigkeiten zu Grundübungen und weiteren ergänzenden Übungen. Dabei sind Themenbereiche wie Bewegungsformung, -gestaltung, Körperformung, Koordination, Kondition, Haltung und Atmung, Spannungsregulation, Umgang mit Hilfsmitteln und Hilfsgeräten sowie Rhythmus und Musik von Relevanz.

## **Basismodul 5: Erweiterte gerätegestützte sowie geräteunabhängige Bewegungskompetenz**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitnessstraining“ ist fähig über die Grundübungen hinausgehend, eine Vielzahl von Übungen korrekt auszuführen. Er/Sie kennt differenzierte Anwendungsgebiete und ist in der Lage anatomischen und biomechanischen Gegebenheiten korrekt und umfassend zu erklären.

## **Hauptmodul 1: Kursprogramme entwickeln und umsetzen**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ entwickelt für verschiedene Zielgruppen passende Kursprogramme. Von der Planung bis zur Durchführung und Optimierung des Kursprogramms ist er/sie in der Lage, die eigenen Arbeiten sorgfältig und achtsam umzusetzen. Er/Sie bearbeitet Reklamationen fachgerecht und ist um die Verbesserungen der eigenen Arbeiten bemüht.

## **Hauptmodul 2: Trainingsprogramme entwickeln und umsetzen**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitnessstraining“ verfügt über ein fundiertes Wissen zur Gestaltung von individualisierten Trainingsprogrammen mit gerätegestützten und -unabhängigen Bewegungsübungen. Bei der Durchführung der Trainingseinheit ist er/sie professionell und betreut deren korrekte Umsetzung. Er/Sie zeigt sich während seiner/ihrer Arbeiten zu jedem Zeitpunkt aufmerksam allen Kundinnen und Kunden gegenüber.

## **Hauptmodul 3: Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung berät seine/ihre Kundinnen und Kunden mit individualisierten Betreuungskonzepten. Er/Sie ist in der Lage von der Planung bis zur Durchführung individuell zu betreuen und langfristig die Gesundheit der Kundinnen und Kunden zu fördern. Ebenso arbeitet er/sie aktiv an der eigenen Work-Life-Balance.

## **Wahlmodul 1: Netzwerkpflege und Weiterbildung**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung besitzt die kommunikativen und organisatorischen Fähigkeiten seine/ihre internen und externen Kontakte zu pflegen. Ebenso arbeitet er/sie mit Hilfe von Weiterbildungen und Selbstreflexion kontinuierlich an seiner/ihrer persönlichen Weiterentwicklung.

## **Wahlmodul 2: Verkauf und Administration**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung kann ausgewählte Tätigkeiten im Bereich Verkauf und Administration bearbeiten. Er/Sie ist in der Lage, Arbeiten zu Preiskalkulationen, Angeboten und Ausschreibungen durchzuführen sowie Reklamationen zu verarbeiten.

## **Wahlmodul 3: Mitarbeiterführung**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung besitzt Führungskompetenzen, um die eigenen Mitarbeitenden professionell zu führen und betreuen. Zur Förderung der Mitarbeitenden und Verbesserung der Teamkultur führt er/sie regelmässig Mitarbeitergespräche durch und ist in der Lage, die Technik der konstruktiven Rückmeldung anzuwenden.

---

## 5 Modulprüfung / Kompetenznachweis

Grundlage für die eidgenössische Berufsprüfung sind 7 erfolgreich absolvierte Module. Dazu zählen 4 Basismodule, 2 Hauptmodule sowie 1 von 3 Wahlmodulen. In diesen Modulen wurden die für die Tätigkeiten von Spezialisten und Spezialistinnen in Bewegungs- und Gesundheitsförderung erforderlichen Kompetenzen thematisch zusammengefasst. Die Berufsprüfung überprüft die Kompetenzen anhand von vernetzten Aufgaben.

Die Module sind im Anhang detailliert beschrieben.

---

### 5.1 Gültigkeitsdauer

Nach erfolgreichem Abschluss eines Moduls ist dieses während 5 Jahren als Zulassung zur Abschlussprüfung gültig. Stichtag ist die Anmeldefrist für die Berufsprüfung.

---

### 5.2 Organisation, Zugang zu den Prüfungen, Durchführung

Die Punkte..

- Ausschreibung
- Zugang
- Durchführung
- Organisation

... der Modulprüfungen werden von den einzelnen Bildungsanbietern geregelt.

---

### 5.3 Beschwerde an die Kommission für Qualitätssicherung

Gegen Entscheide der Vorbereitungsanstalten betreffend Nichtbestehen von Modulabschlüssen kann innert 30 Tagen nach Eröffnung des Entscheids bei der QS-Kommission schriftlich Beschwerde eingereicht werden. Diese muss die Anträge der Beschwerdeführerin/des Beschwerdeführers und die Begründung mit Angabe der Beweismittel enthalten. Die QS-Kommission entscheidet endgültig.

Wird die Beschwerde abgewiesen, werden die Kosten des Verfahrens (Spruch- und Schreibgebühren) der Beschwerdeführerin/dem Beschwerdeführer auferlegt.

In der Abschlussprüfung werden die im Berufsprofil abgebildeten Handlungskompetenzen geprüft. Zur Bewältigung ihrer/seiner beruflichen Aufgaben sind für die Spezialistin/den Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung neben fundiertem Fachwissen auch eine entsprechende Haltung, analytische Fähigkeiten, ein methodisches Vorgehen sowie ein Problemlöseverhalten notwendig. In der Abschlussprüfung wird über einen Methodenmix aus verschiedenen kompetenzorientierten Prüfungsmethoden die Vielschichtigkeit der beruflichen Kompetenzen in ihrer Ganzheit überprüft.

### Konzeption Abschlussprüfung: Übersicht

<b>Schriftlich</b>	1.	Konzeptionelle und analytische Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse</li> <li>Grobzielplanung</li> <li>Auswahl und Begründung der Testverfahren</li> </ul>
	2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>Detailplanung</li> <li>Beratungskonzept (inkl. Evaluierungsmassnahmen)</li> </ul>
	3.		Je nach WM Verkauf und/oder Mitarbeiterführung und/oder Netzwerk
<b>mündlich</b>	4.	Kommunikative Fähigkeiten; Verkaufsförderung	Planung verkaufen im Gespräch
	5.	Analytische Fähigkeiten Problemlösefähigkeiten	Vernetzung aller Kompetenzen
<b>prakt.</b>	6.	Umsetzung	Ausgewähltes Kurs-/Trainingsprogramm durchführen

#### 6.1 Administratives Vorgehen

Sämtliche organisatorischen Angaben zu der Berufsprüfung sind unter [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch) verfügbar.

#### 6.2 Organisation und Durchführung

Die Abschlussprüfung besteht aus drei Prüfungsteilen mit verschiedenen Positionen. Nachfolgend werden die sechs Prüfungspositionen detailliert beschrieben.



## 6.2.1 Prüfungsteil 1: Konkrete Fallarbeit anhand eines integrierten Falls, (schriftliche Prüfung)

Der erste Prüfungsteil der Abschlussprüfung ist die schriftliche Prüfung. Dabei werden drei handlungsorientierte Prüfungsmethoden eingesetzt. Folgende drei Prüfungsaufgaben werden dabei bewältigt.

<b>Konkrete Fallarbeit anhand eines integrierten Falls, Position 1</b>	
Aufgabe	<p>Prüfungsinhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Analyse der Ausgangssituation (= Fall aus der Praxis)</li><li>• Grobzielplanung</li><li>• Auswahl und Begründung der Testverfahren für die Standortbestimmung der in der Fallbeschreibung dargestellten Kundin resp. des Kunden resp. der Gruppe</li></ul> <p>Überprüfung von</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Analyse- und Beurteilungsfähigkeit</li><li>• Problemlösefähigkeiten</li><li>• Konzeptionelles Know-how</li></ul> <p>Kompetenzen aus Hauptmodul 1: Kursprogramme entwickeln, Grobzielplanung vornehmen Kompetenzen aus Hauptmodul 2: Individuelles Trainingsprogramm ausarbeiten Kompetenzen aus Hauptmodul 3: Standortbestimmung durchführen</p>
Dauer	Für die Bearbeitung der Prüfungsfragen stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 90 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Open book (Fachbücher, Kursunterlagen), Taschenrechner. Internetfähige Geräte sind nicht zugelassen.
Art der Prüfung	Schriftlich

<b>Konkrete Fallarbeit anhand eines integrierten Falls, Position 2</b>	
Aufgabe	<p>Prüfungsinhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Detailplanung und Vorbereitung der Kurs- / Trainingseinheit auf Basis der konkretisierten Fallbeschreibung</li><li>• Beratungskonzept inkl. Skizze der Evaluierung des Kurs- oder Trainingsprogramms</li></ul> <p>Überprüfung von</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Analyse- und Beurteilungsfähigkeit</li><li>• Problemlösefähigkeiten</li><li>• Konzeptionelles Know-how</li></ul> <p>Kompetenzen aus Hauptmodul 1: Feinplanung vornehmen Kompetenzen aus Hauptmodul 2: Trainingseinheit vorbereiten Kompetenzen aus Hauptmodul 3: Beratungskonzept ausarbeiten</p>
Dauer	Für die Bearbeitung der Prüfungsfragen stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 90 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Open book (Fachbücher, Kursunterlagen), Taschenrechner. Internetfähige Geräte sind nicht zugelassen.
Art der Prüfung	Schriftlich

<b>Konkrete Fallarbeit anhand eines integrierten Falls, Position 3</b>	
Aufgabe	<p>Je nach Wahl zu 1 der 3 Wahlmodule:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Netzwerk und Weiterbildung</li> <li>• Verkauf und Administration</li> <li>• Mitarbeiterführung</li> </ul> <p>Kompetenzen aus Wahlmodul 1: Externes und internes Netzwerk pflegen, Strategische Partnerschaften aufbauen, persönliche Weiterbildung planen, Selbstreflexion führen.</p> <p>Kompetenzen aus Wahlmodul 2: Preiskalkulation und Ausschreibung von Angeboten erstellen, Angebot administrieren, Neukunden gewinnen, Zufriedenheit erheben, Reklamationsmanagement betreuen, Events organisieren, Verantwortung für Shop / Bar übernehmen.</p> <p>Kompetenzen aus Wahlmodul 3: Personal rekrutieren, Mitarbeitende einführen, Personal betreuen, Mitarbeitende fachlich instruieren, Personaleinsatz planen, Personal entwickeln, beurteilen, führen, Teamkultur fördern, Personalausstritte begleiten.</p>
Dauer	Für die Bearbeitung der Prüfungsfragen stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 60 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Open book (Fachbücher, Kursunterlagen), Taschenrechner. Internetfähige Geräte sind nicht zugelassen.
Art der Prüfung	Schriftlich

## 6.2.2 Prüfungsteil 2: Rollenspiel und Mini Cases (mündliche Prüfung)

Im Rahmen der mündlichen Prüfungen werden zwei unterschiedliche handlungsorientierte Prüfungsaufgaben eingesetzt:

- a) Rollenspiel
- b) Mini Cases (Reflexion von typischen Praxissituationen) unter Berücksichtigung kritischer Erfolgsfaktoren

<b>Rollenspiel, Position 4</b>	
Aufgabe	<p>Prüfungsinhalt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planung verkaufen auf Basis der weiter konkretisierten Fallbeschreibung</li> </ul> <p>Überprüfung von:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikationsfähigkeiten</li> <li>• Verhandlungs- und Verkaufsfähigkeiten</li> </ul> <p>Kompetenzen aus Hauptmodul 3: Kurs- oder Trainingsangebot verkaufen, Betreuungsvertrag abschliessen</p>
Dauer	Für die Bearbeitung der Prüfungsfragen stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 30 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Notizmaterial, Schreibutensilien, Taschenrechner
Art der Prüfung	Mündlich

<b>Mini Cases (Reflexion von typischen Praxissituationen), Position 5</b>	
Aufgabe	<p>Prüfungsinhalt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vernetzung aller Kompetenzen</li> </ul> <p>Überprüfung von:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionsfähigkeit und Metakognition</li> <li>• Professionelle Bewältigung von herausfordernden beruflichen Situationen</li> </ul> <p>Kompetenzen aus Hauptmodul 1 und 2: Reklamationen bearbeiten  Kompetenzen aus Hauptmodul 3: Persönliche Einstellung zu Gesundheitsförderung und Lebensstil reflektieren, mit Personen mit spezifischen Trainings- oder Bewegungseinschränkungen umgehen</p>
Dauer	Für die Bearbeitung der Prüfungsfragen stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 30 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Notizmaterial, Schreibutensilien, Taschenrechner
Art der Prüfung	Mündlich

### 6.2.3 Prüfungsteil 3: Integrierte Praxisaufgabe (praktische Prüfung)

Die praktische Prüfung erfolgt aufbauend auf der in den Prüfungssequenzen 1-3 erarbeiteten Fallstudie. Mittels einer erarbeiteten Feinplanung wird eine Kurs-, resp. Trainingseinheit praktisch umgesetzt.

<b>Integrierte Praxisaufgabe, Position 6</b>	
Aufgabe	<p>Prüfungsinhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung von mindestens einer vollständigen Handlung in der Praxis</li> </ul> <p>Überprüfung von:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• praktischer Umsetzung einer Kurs-, resp. Trainingseinheit</li> </ul> <p>Kompetenzen aus Hauptmodul 1: Kursprogramm umsetzen  Kompetenzen aus Hauptmodul 2: Trainingsprogramm umsetzen  Kompetenzen aus Hauptmodul 3: Beratungskonzept umsetzen</p>
Dauer	Für die praktische Durchführung des ausgewählten Kurs- resp. Trainingsprogrammes stehen den Kandidatinnen und Kandidaten 60 Minuten Zeit zur Verfügung.
Hilfsmittel	Grobzielplanung, Feinplanung der Kurseinheit. (Die eingeplanten Hilfsmittel werden zur Verfügung gestellt).
Art der Prüfung	Praktisch

---

### **6.3 Rahmenbedingungen**

#### **Sprache**

Die Berufsprüfung wird bei Erreichen der gemäss Ziffer 4.11 der Prüfungsordnung festgelegten Mindestzahl an Kandidatinnen und Kandidaten, welche die Zulassungsbedingungen erfüllen, in den drei Landessprachen Deutsch, Französisch und Italienisch durchgeführt.

---

### **6.4 Beschwerde an das SBFJ**

Gegen Entscheide der Kommission für Qualitätssicherung wegen Nichtzulassung zur Abschlussprüfung oder Verweigerung des Fachausweises kann innert 30 Tagen nach ihrer Eröffnung beim Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation, SBFJ, Einsteinstr. 2, 3003 Bern Beschwerde eingereicht werden. Diese muss die Anträge des Beschwerdeführers oder der Beschwerdeführerin und deren Begründung enthalten. Merkblätter zum Beschwerdeverfahren, dem Akteneinsichtsrecht und bezüglich Nachteilsausgleich finden sich beim SBFJ unter folgendem Link:

<http://www.sbfj.admin.ch/berufsbildung/01472/01474/index.html?lang=de>

Über die Beschwerde entscheidet in erster Instanz das SBFJ. Seine Entscheidung kann innert 30 Tagen nach Eröffnung an das Bundesverwaltungsgericht weitergezogen werden.

### Konzeption Abschlussprüfung: Gewichtung Prüfungsteile

		Gewichtung		
<b>Schriftlich</b>	1.	einfach	Konzeptionelle und analytische Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse</li> <li>Grobzielplanung</li> <li>Auswahl und Begründung der Testverfahren</li> </ul>
	2.	einfach		<ul style="list-style-type: none"> <li>Detailplanung</li> <li>Beratungskonzept (inkl. Evaluierungsmassnahmen)</li> </ul>
	3.	einfach		Je nach WM Verkauf und/oder Mitarbeiterführung und/oder Netzwerk
<b>mündlich</b>	4.	einfach	Kommunikative Fähigkeiten; Verkaufsförderung	Planung verkaufen im Gespräch
	5.	einfach	Analytische Fähigkeiten Problemlösefähigkeiten	Vernetzung aller Kompetenzen
<b>prakt.</b>	6.	einfach	Praktische Umsetzung	Ausgewählte Kurs-/Trainingseinheit durchführen

#### 8.1 Notengebung

- 8.11 Die Beurteilung der Abschlussprüfung resp. der einzelnen Prüfungsteile und Sequenzen erfolgt mit Notenwerten. Es gelten die Bestimmungen nach Ziff. 6.2 und Ziff. 6.3 der Prüfungsordnung.
- 8.12 Die Prüfungsteile sowie die einzelnen Positionen werden mit ganzen und halben Noten nach Ziff. 6.3 der Prüfungsordnung bewertet.
- 8.13 Die Note eines Prüfungsteils ist das Mittel der entsprechenden Noten der einzelnen Positionen. Sie wird auf eine Dezimalstelle gerundet. Führt der Bewertungsmodus ohne Positionen direkt zur Note des Prüfungsteils, so wird diese nach Ziff. 6.3 der Prüfungsordnung erteilt.
- 8.14 Die Gesamtnote der Abschlussprüfung ist das Mittel aus den Noten der einzelnen Prüfungsteile. Sie wird auf eine Dezimale gerundet.
- 8.15 Die Leistungen werden mit Noten von 6 bis 1 bewertet. Die Note 4.0 und höhere bezeichnen genügende Leistungen. Andere als halbe Zwischennoten sind nicht zulässig.
- 8.16 Die Notengebung erfolgt gemäss folgendem Raster:
- Beobachten
  - Protokollieren
  - Beurteilen der Einzelleistung
  - Beurteilung der Gesamtleistung

- 8.17 Die Beobachtung und Beurteilung der Prüfungen erfolgt aufgrund von
- a) einheitlichem Beobachtungsbogen
  - b) einheitlichem Beurteilungsraster
  - c) Einheitlicher Beurteilungsskala

## **8.2 Bedingungen zum Bestehen der Abschlussprüfung und zur Erteilung des Fachausweises**

- 8.21 Die Abschlussprüfung ist bestanden, wenn:
- a) keine Note der drei Prüfungsteile unter 4.0 liegt
  - b) keine Note der einzelnen Positionen unter 3.0 liegt
- 8.22 Die QS-Kommssion entscheidet allein auf Grund der erbrachten Leistungen über das Bestehen der Abschlussprüfung. Wer die Prüfung bestanden hat, erhält den eidgenössischen Fachausweis.
- 8.23 Die QS-Kommission stellt jeder Kandidatin und jedem Kandidaten einen Notenausweis über die Abschlussprüfung aus. Diesem kann folgendes entnommen werden:
- a) eine Bestätigung über die geforderten Modulabschlüsse bzw. Gleichwertigkeitsbestätigungen;
  - b) die Noten in den einzelnen Prüfungsteilen, in den einzelnen Prüfungspositionen und die Gesamtnote der Abschlussprüfung;
  - c) das Bestehen oder Nichtbestehen der Abschlussprüfung;
  - d) eine Rechtsmittelbelehrung.

Begriff/Abkürzung	Bedeutung
Ausstandsbegehren	Ein Ausstandsbegehren ist ein Antrag auf Änderung des für eine Prüfung zugeteilten Experten bzw. der für eine Prüfung zugeteilte Expertin.
Beurteilungskriterium	Ein Beurteilungskriterium gibt an, nach welchem Massstab eine Kompetenz überprüft wird. Zum Massstab zählen das fachliche Wissen und die verlangten Fertigkeiten. Die Kriterien werden vor einer Prüfung formuliert und geben an, was erwartet wird, welche Leistungen erfüllt, welche Fertigkeiten vorhanden sein müssen, um eine gute Leistung zu erbringen. Sie dienen als Grundlage für die Korrektur oder Bewertung einer Prüfung.
SBFI	Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation. Zuständige eidgenössische Behörde des Bundes für die Berufsbildung.
Fachkompetenz	→ (Handlungs-) Kompetenz auf das Fachwissen bezogen, über das eine Person verfügt. Hierzu gehören zum Beispiel: fundierte fachliche Kenntnisse und das Erkennen von Zusammenhängen.
Fallstudie	Bei einer Fallstudie wird auf Basis authentischen (Praxis-) Materials (Datenmaterial, Prozessbeschreibungen, Statistiken, Anspruchsgruppenanalysen etc.) ein reeller, komplexer und vielschichtiger Fall oder eine reelle, komplexe und vielschichtige Praxissituation analysiert und bearbeitet.
Handlungsfeld	Unter Handlungsfeldern versteht man in der Pädagogik zusammengehörige Aufgabenkomplexe mit beruflichen sowie lebens- und gesellschaftsbedeutenden Handlungssituationen. Handlungsfelder sind immer mehrdimensional, indem sie berufliche, gesellschaftliche und individuelle Problemstellungen miteinander verknüpfen. Aus diesen Handlungsfeldern werden Lernfelder für die berufliche Ausbildung konzipiert.
Kritische Erfolgsfaktoren	Qualitätsrelevante Faktoren, die Aussagen dazu machen, welche Anforderungen eine Person erfüllen muss, damit sie eine Arbeitssituation professionell bewältigen kann. Die kritischen Erfolgsfaktoren berücksichtigen fachliche, methodische, soziale und persönliche Faktoren.
(Handlungs-) Kompetenz	(Handlungs-) Fähigkeit eines Individuums; häufig in Zusammenhang mit <i>beruflicher</i> (Handlungs-) Kompetenz. Die berufliche Handlungskompetenz bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft des Menschen, in beruflichen Situationen sach- und fachgerecht, persönlich durchdacht und in gesellschaftlicher Verantwortung zu handeln und seine Handlungsmöglichkeiten ständig weiter zu entwickeln. Die berufliche Handlungskompetenz besteht aus der Fachkompetenz, der Methodenkompetenz, der Sozialkompetenz und der Selbstkompetenz.

K-Stufen	K-Stufen machen Aussagen zum Komplexitätsgrad von Lernzielen. Diese sind auf sechs Ebenen angeordnet, wobei Ebene 1 den geringsten und Ebene 6 den höchsten Komplexitätsgrad angibt. Um zu handlungskompetenten Berufsleuten zu werden, müssen Lernziele aus allen sechs K-Stufen erreicht werden. K1=Wissen, K2=Verstehen, K3=Anwenden, K4=Analyse, K5=Synthese, K6=Beurteilung.
Mini Cases	Mini-Cases beschreiben problematische Ereignisse oder Situationen aus dem Arbeitsalltag einer Fachperson. Den Kandidaten und Kandidatinnen werden diese Mini Cases vorgelegt, bei der diese eine mögliche Handlung beschreiben und diese begründen müssen.
Methodenkompetenz	→ (Handlungs-) Kompetenz auf die Methodik, das methodische Vorgehen und den Umgang mit Hilfsmitteln, die den Berufsleuten zur Ausübung ihrer Tätigkeit zur Verfügung stehen, bezogen.
Selbstkompetenz	→ (Handlungs-) Kompetenz auf die persönlichen Fähigkeiten einer Berufsperson bezogen. Zum Beispiel die Fähigkeit zur kritischen Selbstreflexion, das Einschätzen des eigenen Handelns und der Wirkung auf andere.
Sozialkompetenz	→ (Handlungs-) Kompetenz auf die sozialen Fähigkeiten bezogen, die von einer Person im Rahmen ihrer Tätigkeiten gefordert werden. Hierzu gehören zum Beispiel: Einfühlungsvermögen, Umgang mit Personen aus verschiedenen Kulturen, gepflegter Umgang mit Kunden.
QS-Kommission	Qualitätssicherungskommission bzw. Kommission für Qualitätssicherung.



**10.1 Basismodul 1: Anatomie und Physiologie II**

---

**Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder  
als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

**Kompetenz**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung leitet in Fitness- oder Bewegungszentren Einzelpersonen oder Gruppen beim Ausführen von Bewegungen an. Die ganzheitliche Beratung in Bezug auf Bewegung, Entspannung und Ernährung steht dabei stets im Zentrum. Diese Beratung stützt der/die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung auf sein/ihr aktuelles und fundiertes Fachwissen in Anatomie und Physiologie ab.

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

**Ziele**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung verfügt über vertiefte Kenntnisse...  
... in Anatomie und Physiologie.  
... zur funktionellen Bewegungslehre.  
... der Zusammenhänge von Ernährung und Bewegung.  
... über Stoffwechselfvorgänge.  
... der durch Bewegungsangebote beeinflussbaren Krankheitsbilder.

---

**Umsetzung der Kompetenzen****Thema 1: Anatomie, Physiologie**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung können unter korrekter Verwendung der Fachsprache Aufbau und Funktion folgender Systeme umfassend benennen und erklären...

Lernziel 1.1

Bewegungssystem (aktiver und passiver Bewegungsapparat).

Lernziel 1.2

Betriebssystem (Herz-Kreislauf, Atmung, Verdauung)

Lernziel 1.3

Steuerungssystem (Nerven- und Hormonsystem)

**Thema 2: funktionelle Bewegungslehre**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 2.1

... sind in der Lage einen individuellen Haltungsstatus korrekt zu erstellen und diesen zu erklären.

Lernziel 2.2

... können die biomechanischen Prinzipien wie Impuls, Hebelgesetz, Drehmoment, kinetische Energie und Druck verständlich erklären.

Lernziel 2.3

... sind in der Lage, Bewegungen anhand der biomechanischen Prinzipien wie Impuls, Hebelgesetz, Drehmoment, kinetische Energie und Druck korrekt zu analysieren und die relevanten Schlüsse daraus ziehen

### **Thema 3: Zusammenhänge Ernährung/Bewegung**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung sind in der Lage...

Lernziel 3.1

... verschiedene Ernährungsformen zu nennen und deren Wirkung im Zusammenhang mit Training und Bewegung zu erklären.

Lernziel 3.2

... die Zusammensetzung der Nahrungsmittel umfassend zu beschreiben und deren Bedeutung im Zusammenhang mit einem gesunden Lebensstil zu erklären

Lernziel 3.3

... die Zusammenhänge zwischen Energie-Input und Energie-Output korrekt zu quantifizieren und daraus die relevanten gesundheitsfördernden Massnahmen abzuleiten

### **Thema 4: Stoffwechselforgänge**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung können...

Lernziel 4.1

... Wechselwirkung und Anpassung des Stoffwechsels auf verschiedene Bewegungs- und Trainingsprogramme erläutern.

### **Thema 5: Krankheitsbilder**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung können...

Lernziel 5.1

... nicht übertragbare Zivilisationskrankheiten und Verletzungen des Bewegungsapparates an Beispielen erklären.

Lernziel 5.2

... die positiven Effekte von Bewegung und Training auf nicht übertragbare Zivilisationskrankheiten und Einschränkungen des Bewegungsapparates aufzeigen.

Lernziel 5.3

... die zentralen Charakteristika und Eigenschaften von Erkrankungen oder Verletzungen des Bewegungsapparates beschreiben. Dazu zählen Rheuma, Arthrose, Arthritis, Bandscheibenvorfälle, Rückenbeschwerden, Schulterbeschwerden, Kniebeschwerden, Fussgelenksbeschwerden und Fussdeformationen.

Lernziel 5.4

... die wesentlichen Charakteristika und Eigenschaften von Erkrankungen des Herz-Kreislauf- und Atmungssystems wie Herzinfarkt und Asthma beschreiben.

Lernziel 5.5

... die zentralen Charakteristika und Eigenschaften von Erkrankungen des Stoffwechselsystems wie Diabetes 2 und das metabolische Syndrom beschreiben.

Lernziel 5.6

... die zentralen Charakteristika und Eigenschaften von Lebensstilerkrankungen, Stresssymptomen und Schlafstörungen beschreiben.

---

### **Niveau und Modulnummer**

FA-BM1 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

### Voraussetzungen

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder  
als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

### Kompetenz

Die Spezialisten/Spezialistinnen führen Datenerhebungen oder Testings mit Kund/innen durch und leiten daraus geeignete Kurs- und Trainingsprogramme ab. Um diese Arbeitsschritte vorzunehmen, setzen sie ihr Fachwissen aus dem Bereich Testing und Trainingslehre ein. Das heisst, sie verfügen über ein breites Wissen im Bereich von Trainingsprinzipien, -inhalten und -methoden sowie der Trainingssteuerung.

---

### Kompetenznachweis

Modulabschlussprüfung

---

### Ziele

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung können...  
... die branchenüblichen Testmethoden benennen und deren Einsatz begründen.  
... ihre vertieften Kenntnisse in Trainingslehre in eine adäquat geplante und begründete Trainingsvorgehensweise übertragen.

---

### Umsetzung der Kompetenzen

#### Thema 1: Trainingslehre

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 1.1

... können unter korrekter Verwendung der gängigen Fachsprache die relevanten Trainingsprinzipien aufzählen und verständlich erklären in Bezug auf die Schulung der...

- Kraft mit deren verschiedenen Ausprägungsformen
- Beweglichkeit mit deren verschiedenen Anwendungsgebieten und Methoden
- neuromuskulären, kardiopulmonalen und muskulären Ausdauer.
- Koordination, Propriozeption und Gleichgewicht

Lernziel 1.2

... können die branchenüblichen verschiedenen Motivationsmethoden im Hinblick auf die physischen, emotionalen und kognitiven Fähigkeiten erläutern und deren Wahl verständlich begründen

Lernziel 1.3

... die Belastungsnormative nennen und erklären in Bezug auf die ...

- physischen, emotionalen und kognitiven Fähigkeiten.
- Kraft mit deren verschiedenen Ausprägungsformen
- Beweglichkeit mit deren verschiedenen Anwendungsgebieten und Methoden
- neuromuskuläre, kardiopulmonale und muskuläre Ausdauer.
- Koordination und Propriozeption

Lernziel 1.4

... verschiedene Mittel und Methoden des Trainings benennen und deren Auswahl nachvollziehbar begründen.

Lernziel 1.5

... ihre Trainingsvorgehensweise entsprechend der gesetzten Zielsetzung erklären und aufzeigen.

Lernziel 1.6

... Methoden nennen zur Förderung der kognitiven und emotionalen Komponenten der Motivation und die Kriterien für die entsprechende Wahl erklären.

## **Thema 2: Testing/Screening**

Die Spezialistin/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung sind in der Lage...

Lernziel 2.1

... die branchenüblichen Testmethoden und -abläufe im Bereich Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination zu nennen.

Lernziel 2.2

... die relevanten biometrischen Daten zu erheben, in die Normbereiche einzuordnen, zu interpretieren und in die Trainingszielsetzungen einfließen zu lassen.

Lernziel 2.3

... die biologischen Vorgänge in Bezug auf die Testresultate zu verstehen, einzuordnen und korrekt zu interpretieren.

---

### **Niveau und Modulnummer**

FA-BM2 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

### Voraussetzungen

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

### Kompetenz

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung erstellt aufgrund von Leitziele Unterrichts- und Kursplanungen und wählt dazu gezielt Medien und Methoden sowie die passenden Sozialformen aus. Er/Sie verfügt über grundlegende Kenntnisse der Kommunikation und analysiert das eigene Kommunikationsverhalten. Er/Sie verfügt über fundierte Kenntnisse über die Merkmale einer Gruppe und Gruppenprozesse und ist fähig schwierige Situationen zu meistern, zudem besitzt er/sie Kenntnisse in der Lernbiologie.

---

### Kompetenznachweis

Modulabschlussprüfung

---

### Ziele

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung kennen...  
... verschiedene Medien, Methoden und Sozialformen sowie nötige Planungsschritte für die Unterrichtsgestaltung  
... die Grundlagen der aktiven Kommunikation, des aktiven Zuhörens und die Formen von unterstützenden Rückmeldungen (Feedbacks).  
... die Merkmale von Gruppen und die verschiedenen Gruppenphasen.  
... Lern- und Lehrtheorien und können diese in ihre Kursplanungen integrieren.

---

### Umsetzung der Kompetenzen

#### Thema 1: Methodik/Didaktik

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 1.1

...sind in der Lage, die Leitziele und andere Vorgaben der Organisation auf die eigene Unterrichtsplanung zu übertragen oder für die eigene Zielgruppe Lernziele zu definieren.

Lernziel 1.2

... können Lerneinheiten nach Kriterien des Lernens gestalten und die Methodenwahl in Bezug auf das Fach- und das Berufsfeld begründen.

Lernziel 1.3

... können das didaktisch-methodische Vorgehen so gestalten, dass die Teilnehmer gefördert werden.

Lernziel 1.4

... verfügen über fundierte Kenntnisse der Sozialformen und können diese situationsgerecht in die Planung einfließen lassen.

Lernziel 1.5

... besitzen ein sicheres Wissen in der Wahl von situativ geeigneten Medien.

Lernziel 1.6

... verfügen über erforderliche Kenntnisse zur Durchführung von Lernkontrollen und Kursevaluationen.

#### Thema 2: Kommunikation

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 2.1

... verfügen über grundlegende Kenntnisse der Kommunikation, überprüfen das eigene Kommunikationsverhalten und können dieses entsprechend reflektieren.

Lernziel 2.2

... kennen die Unterschiede, Zusammenhänge und Wirkungsweise von verbaler und nonverbaler Kommunikation und können diese verständlich erklären.

Lernziel 2.3

... können das eigene Verhalten in der Rolle des Beraters/der Beraterin oder des Kursleiters/der Kursleiterin reflektieren und daraus entsprechende Erkenntnisse ziehen.

Lernziel 2.4

... verfügen über die erforderlichen Kenntnisse der Feedbackregeln und sind sich der Wichtigkeit über die Fähigkeit des aktiven Zuhörens bewusst.

### **Thema 3: Gruppendynamik**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 3.1

... besitzen fundierte Kenntnisse über die Merkmale einer Gruppe und Gruppenprozesse und sind sensibilisiert auf die Bereiche Rollen in Gruppen, Rollenzuteilung, Gruppenklima, Gruppendynamik und Rollenspiele.

Lernziel 3.2

... kennen verschiedene Gruppenphasen und können daraus didaktische und methodische Überlegungen ableiten

Lernziel 3.3

... sind fähig mögliche Konflikte, Widerstand und Unvorhergesehenes in der Gruppe sowie in der Einzelberatung wahrzunehmen und entsprechende Interventionen einzuleiten.

Lernziel 3.4

... können ihr eigenes Verhalten in einer Gruppe reflektieren und ihre Selbst- und Sozialkompetenz in Bezug auf das Führen von Gruppen erweitern.

### **Thema 4: Lernen und Lehren**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung

Lernziel 4.1

... besitzen Kenntnisse in der Lernbiologie und wissen wie Lernen in groben Zügen funktioniert.

Lernziel 4.2

... besitzen Erkenntnisse zum eigenen Lehr- und Lernverständnis

Lernziel 4.3

... nutzen die Erkenntnisse aus der eigenen Lernbiografie zur Kurs- und Unterrichtsplanung.

---

### **Niveau und Modulnummer**

FA-BM3 / Bausatz Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

### **Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder  
als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

### **Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ verfügen über vertiefte und ergänzende Fertigkeiten in ihrer Körperwahrnehmung und ihrer Bewegungskompetenz. Dabei sind folgende Themenbereiche von Relevanz:

- Bewegungsformung
  - Bewegungsgestaltung
  - Körperformung
  - Koordination
  - Kondition
  - Haltung und Atmung
  - Spannungsregulation
  - Umgang mit Hilfsmitteln und Hilfsgeräten
  - Rhythmus und Musik
- 

### **Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

### **Ziele**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“

- ... können die verschiedenen Bewegungsformen selber ausführen, gezielt und sinnvoll variieren, erweitern und kombinieren.
  - ... verfügen über eine differenzierte Körperwahrnehmung und können diese in Raum, Zeit, Ausdruck und Dynamik erfahren, reflektieren sowie verständlich und differenziert beschreiben.
  - ... verfügen über ein ökonomisches und rhythmisches Bewegungsverhalten und Improvisationsfähigkeit.
  - ... verfügen über vielschichtige koordinative und konditionelle Fähigkeiten und können damit umgehen.
  - ... können sinnvoll, zielgerichtet und geschickt mit Hilfsmitteln und -geräten umgehen.
- 

### **Umsetzung der Kompetenzen**

#### **Thema 1: Bewegungsformung**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“

können / sind in der Lage ...

#### Lernziel 1.1

... verschiedene Fortbewegungsformen sowie Schrittfolgen entwickeln, vielschichtig ausführen, variieren, erweitern und kombinieren.

#### Lernziel 1.2

... verschiedene Hüpf- und Sprungformen ökonomisch ausführen, rhythmisch und dynamisch variieren, erweitern und kombinieren.

#### Lernziel 1.3

... verschiedene Drehungen und Rollformen gekonnt und fliegend auszuführen, zu variieren und zu kombinieren.

Lernziel 1.4

... den Unterschied zwischen Schwüngen und geführten Bewegungsformen klar demonstrieren. Diese Elemente können sie vielseitig, sinnvoll und dynamisch variieren und kombinieren.

## **Thema 2: Bewegungsgestaltung**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ sind in der Lage ...

Lernziel 2.1

... mit ihrem mannigfaltigen Bewegungsrepertoire Bewegungsabfolgen mit und ohne Handgeräte und/oder Musik räumlich, zeitlich und dynamisch zu gestalten.

## **Thema 3: Körperperformance**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ können / sind in der Lage ...

Lernziel 3.1

... mit Hilfe ihrer ausgeprägten Körperwahrnehmung muskuläre Spannungszustände zu lokalisieren, die Atmung sinnvoll einzusetzen und nötige Massnahmen zur Optimierung einzuleiten und umzusetzen.

Lernziel 3.2

... stabilisierende und dynamische Kraftformen korrekt und sinnvoll demonstrieren.

Lernziel 3.3

... verschiedene mobilisations-, lösungs-, lockerungs- und dehnungsfördernde Massnahmen korrekt und sinnvoll demonstrieren.

## **Thema 4: Haltung und Atmung**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ können / sind in der Lage ...

Lernziel 4.1

... eigene Haltungs- und Bewegungsdefizite erkennen, verändern und die gemachten Veränderungen verständlich formuliert aufzeigen.

Lernziel 4.2

... verschiedene Atemtechniken korrekt demonstrieren, sowie verständlich formuliert aufzeigen.

## **Thema 5: Spannungsregulation**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ können / sind in der Lage ...

Lernziel 5.1

... auf Grund ihrer differenzierten Körperwahrnehmung muskuläre Spannungszustände und Atmungsvorgänge erkennen und Anpassungen zur Optimierung initiieren und umsetzen.

Lernziel 5.2

... verfügen über die notwendige Regenerationsfähigkeiten, um den beruflichen Anforderungen gerecht zu werden.

## **Thema 6: Koordination**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ sind in der Lage ...

Lernziel 6.1

... fünf verschiedene koordinative Fähigkeiten anhand von Übungsbeispielen zielgerichtet zu demonstrieren.



### **Thema 7: Ausdauer**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ verfügen über ...

Lernziel 7.1

... die notwendige lokale und allgemeine Ausdauerfähigkeit um den beruflichen Anforderungen gerecht zu werden.

### **Thema 8: Umgang mit Hilfsmitteln und Geräten**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ können / sind in der Lage ...

Lernziel 8.1

... die Einsatzmöglichkeiten von Hilfsmitteln und -geräten körpergerecht und vielseitig zu demonstrieren.

Lernziel 8.2

... beherrschen den Umgang mit Handgeräten und können diverse -techniken demonstrieren.

### **Thema 9: Rhythmus und Musik**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ können / sind in der Lage ...

Lernziel 9.1

... Besonderheiten wie z.B. Form und Charakter verschiedener Musikstile verständlich benennen und erklären.

... rhythmisch und dynamisch passende oder wiederholbare Bewegungsmuster zu Musik demonstrieren.

Lernziel 9.2

... Begriffe zu Rhythmus wie Metrum, Takt, Auftakt, verständlich erklären.

Lernziel 9.3

... Rhythmus-, Klang- und Klatschspiele demonstrieren.

Lernziel 9.4

... Stimme, Mimik, Gestik und Körperperkussion gestalterisch einsetzen.

Lernziel 9.5

... eigene Bewegungsformen stimmlich und/-oder durch Körperperkussion zu begleiten oder zu untermalen.

---

### **Niveau und Modulnummer**

FA-BM4 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

### **Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder  
als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

### **Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ sind fähig über die Grundübungen hinausgehend, eine Vielzahl von Übungen korrekt auszuführen. Sie kennen ihre differenzierten Anwendungsgebiete und sind in der Lage ihre anatomischen und biomechanischen Gegebenheiten korrekt und umfassend zu erklären.

---

### **Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

### **Ziele**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“

... verfügen, bezogen auf ein erweitertes Übungsrepertoire, über vertiefte Kenntnisse in der differenzierten Anwendung verschiedener Geräte sowie damit verbundene Kenntnisse in funktioneller Anatomie. Dabei decken sie die Bereiche Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Sensomotorik ab.

... reflektieren laufend ihre eigene Bewegungskompetenz (hinsichtlich Haltung, Repertoire und Ausführung von Übungen) und leiten bei Bedarf Optimierungsmassnahmen ein.

---

### **Umsetzung der Kompetenzen**

#### **Thema 1: Erweitertes gerätegestütztes und geräteunabhängiges Übungsrepertoire**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ können ...

Lernziel 1.1

... Funktion und Wirkung der eingesetzten Trainingsmittel umfassend und verständlich erläutern.

Lernziel 1.2

... ausgewählte Übungen mit hoher Bewegungsqualität selber demonstrieren.

Lernziel 1.3

... die Wirkung der Übungen im Detail erklären.

Lernziel 1.4

... aus der Wirkungsweise der Übungen eigenständig Indikationen und Kontraindikation ableiten.

#### **Thema 2: Funktionelle Anatomie**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ können ...

Lernziel 2.1

... die mechanischen Gegebenheiten und Funktionen der Trainingsmittel einleuchtend darlegen.

Lernziel 2.2

... ein- und mehrdimensionale Bewegungen korrekt ausführen.

Lernziel 2.3

... neue, unbekannte Übungen aufgrund ihrer Kenntnisse in funktioneller Anatomie und Biomechanik auf deren Wirkungsweise hin beurteilen.

### **Thema 3: Gerätegestütztes Cardiotraining**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ können ...

Lernziel 3.1

... die Bewegungsmuster im gerätegestützten Ausdauertraining fachkundig beurteilen.

### **Thema 4: Gerätegestütztes und geräteunabhängiges Beweglichkeitstraining**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ können ...

Lernziel 4.1

... Bewegungen bzw. Körperpositionen im Beweglichkeitstraining korrekt ausführen bzw. einnehmen.

Lernziel 4.2.

... Beweglichkeitsübungen aufgrund ihrer Kenntnisse in Anatomie beurteilen.

Lernziel 4.3.

... die richtige Beweglichkeitsübung bzgl. der individuellen Gegebenheiten des Kunden auswählen und erklären.

### **Thema 5: Geräteorientiertes, sensomotorisches Training**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ können ...

Lernziel 5.1

... den Zusammenhang zwischen Körperwahrnehmung im Raum, Nervensystem und Muskelsystem erläutern.

Lernziel 5.2.

... die unterschiedlichen sensomotorischen/propriozeptiven Trainingsmittel (allg. instabile Unterlage) beschreiben und zeitgerecht einsetzen.

Lernziel 5.3.

... eine Vielfalt von Übungen auf instabilen Unterlagen korrekt demonstrieren.

Lernziel 5.4.

... die verschiedenen Übungsformen dieses Themenkreises aufgrund ihres Schwierigkeitsgrades einordnen.

---

#### **Niveau und Modulnummer**

FA-BM5 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

#### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“

---

#### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

**Voraussetzungen**

Abgeschlossene Module BM1, BM2, BM3 und BM4

---

**Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ erstellen auf eine bestimmte Zielgruppe massgeschneiderte Kursprogramme und führen diese durch. Sie gestalten anhand von Ausschreibung oder erhobenen Bedürfnissen der Kundinnen und Kunden ein vollständiges Kursprogramm. Dabei legen sie die geeigneten Bewegungsmethoden für die jeweilige Zielgruppe fest und planen die genauen Abläufe der einzelnen Kurseinheiten.

Sie klären alle notwendigen Rahmenbedingungen für die optimale Umsetzung des gesamten Kursprogramms ab und passen die Planung entsprechend an. Sie treffen alle Vor- und Nachbereitungen und führen die einzelnen Kurseinheiten des Programms durch. Bei der Durchführung der Kurseinheiten erklären sie den Kund/innen genau die Bewegungen, Hilfsmittel sowie die Geräte. Sie sind den Kund/innen und deren Bewegungsabläufen gegenüber aufmerksam und korrigieren bei Bedarf. Das Klima während der Kurseinheit gestalten sie immer produktiv und motivierend für die Kundinnen und Kunden. Ihr konstruktiver und deeskalierender Umgang mit Reklamationen trägt wesentlich dazu bei.

Mit regelmässigen Überprüfungen des Kursprogramms und Eigenreflexionen ermöglichen sie eine kontinuierliche Verbesserung im Kursprogramm und damit mehr Zufriedenheit bei den Kund/innen.

---

**Typische Arbeitssituation****Grobzielplanung vornehmen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ beurteilen die Zielgruppe zur Erstellung eines Programms in Bezug auf wesentliche Aspekte (wie Alter, Leistungsstand, Gender, Mentalität, Kultur, Religion, geistige oder körperliche Behinderungen, Übergewicht, Schwangerschaft etc.). Sie prüfen die im Auftrag oder in der Ausschreibung enthaltenen Rahmenbedingungen (schriftliche Zielsetzungen, Beschreibungen) und leiten daraus die Bedürfnisse für die Gruppe ab. Sofern möglich machen sie sich Gedanken darüber, wie die gruppendynamischen Prozesse genutzt oder sinnvoll eingesetzt werden können. Angepasst an die Gruppe sowie unter Berücksichtigung der Firmenethik und -philosophie, sowie der kritischen Erfolgsfaktoren, formulieren sie die Grobzielplanung. Arbeiten sie im Team (z. B. für Trainingslager oder Workshops) so formulieren die sie die Grobziele im Team aus. Erstellen sie die Grobzielplanung für Einzelpersonen, so berücksichtigen sie die individuellen Voraussetzungen der Kundin/des Kunden sowie die Beziehungsgestaltung zwischen Fachperson und Kunde/in.

**Kurseinheit durchführen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ führen Kurseinheiten mit Gruppen und Einzelpersonen durch. Sie signalisieren klar den Start ihrer Einheit und führen dann die Kundinnen und Kunden möglichst anhand ihrer detaillierten Vorbereitung durch das ganze Training (Einstieg, Mittelteil, Ausklang). Sie achten darauf, wenn immer möglich die Inhalte gemäss ausgeschriebenem Angebot durchzuführen. Die Form ihrer Anleitungen kann dabei das ganze Spektrum von Frontalunterricht bis vollständige Delegation an die Kundinnen und Kunden beinhalten. Mit ihren Anleitungen versuchen sie dauernd das Selbstvertrauen und die Selbstkompetenz der Kundinnen und Kunden zu fördern und zu stärken. Sie beenden die Einheit mit einem Abschluss-Ritual.

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

## **Niveau und Modulnummer**

FA-HM1 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Ziele**

Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“ ist in der Lage,...

- ... eine adressatengerechte Grobzielplanung für Kursprogramme im Sinne der betrieblichen Rahmenbedingungen sowohl im Team wie auch individuell zu erstellen.
- ... aus der Grobzielplanung alleine oder im Team ein geeignetes Kursprogramm abzuleiten.
- ... den Kursablauf anhand der Grobziele zeitlich sinnvoll zu planen.
- ... alle für die Feinplanung erforderlichen Rahmenbedingungen und personellen Ressourcen wie auch den Infrastrukturbedarf abzuklären.
- ... die Feinplanung ihrer Kurseinheiten unter Einbezug aller wesentlichen Methoden und Einflussfaktoren vorzunehmen
- ... die Zielsetzungen von Kursprogrammen umfassend zu validieren und nötigenfalls Korrekturmassnahmen zu ergreifen.
- ... die Vorbereitungsaufgaben zu einer Kurseinheit für Gruppen oder Einzelpersonen rechtzeitig zu erledigen.
- ... die Einführung in die Kurseinheit bedarfsgerecht zu gestalten.
- ... Kurseinheiten professionell durchzuführen.
- ... die Bewegungsabläufe unter Berücksichtigung der anatomischen, physiologischen und biomechanischen Gegebenheiten nachvollziehbar anzuleiten.
- ... die Kund/innen sachgerecht in der Handhabung von Trainings- und Hilfsmitteln zu instruieren.
- ... ihre Kurseinheit bei Bedarf frühzeitig oder auch spontan anzupassen.
- ... die Umsetzung der Übungen ihrer Kund/innen sorgfältig zu begleiten und im Bedarfsfall zielführend zu reagieren.
- ... sicherzustellen, dass die Kurseinheit reibungslos in einem produktiven Klima abläuft.
- ... am Ende einer Kurseinheit den Transfer in Arbeit, Sport und Freizeit sinnvoll anzuleiten.
- ... Kurseinheiten sinnvoll abzuschliessen.
- ... nach einer Kurseinheit alle regulären Nachbearbeitungsaufgaben selbständig auszuführen.
- ... deeskalierend und konstruktiv mit Kundenreklamationen umzugehen.

---

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

**Voraussetzungen**

abgeschlossene Module BM1, BM2, BM3 und BM5

---

**Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ erarbeiten individualisierte, hauptsächlich gerätegestützte Trainingsprogramme und führen diese durch. Aufgrund der Bedürfnisse von Kundinnen und Kunden, einer massgeschneiderten Standortbestimmung und gemeinsam vereinbarten Zielen erstellen sie strukturierte individualisierte Trainingsprogramme. Sie definieren die einzelnen Trainingseinheiten und Übungen und legen einen Wirkungsrahmen fest.

Sie bereiten die einzelnen Trainingseinheiten vor, sodass sie für Kundinnen und Kunden eine optimale Trainingsumgebung ermöglichen. Die jeweiligen Übungen der Trainingseinheit instruieren sie adressatengerecht und beschreiben den exakten Umgang mit den Geräten, um einen sicheren und gesundheitsfördernden Bewegungsablauf zu garantieren. Korrektheit in der Ausführung der Übungen ist ihnen ein grosses Anliegen, sodass sie während der Durchführung zu jeder Zeit aufmerksam auf die Kundinnen und Kunden achten, Schwierigkeiten erkennen und notwendige Verbesserungshinweise geben. Ist die Trainingseinheit beendet, reflektieren sie diese und notieren entsprechend wichtige Angaben zur Kundin/zum Kunden bzw. den Geräten. Sie sind für die Kundinnen und Kunden immer präsent und betreuen alle Kundinnen und Kunden auf der Trainingsfläche unabhängig von der aktuellen Trainingseinheit.

Reklamationen von Kundinnen und Kunden gegenüber sind sie offen und schaffen mit Anpassungen der individuellen Trainingseinheit sowie an ihrer eigenen Arbeitsweise eine konstruktive Lösung.

---

**Typische Arbeitssituation****In die Trainingseinheit einführen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“ begrüssen zu Trainingsbeginn die Kundin/den Kunden und informieren sich über ihre/seine Befindlichkeit. Die Aussagen der Kundin/des Kunden gleichen sie mit ihrer eigenen Wahrnehmung ab. Es ist ihnen wichtig, schnell Kontakt zu den Kundinnen und Kunden herzustellen und ein Gesamtbild des aktuellen Gesundheitszustandes zu erfassen um entscheiden zu können, ob sie ihre Trainingseinheit planmässig durchführen können oder Anpassungen vornehmen müssen. Sie erkennen rechtzeitig, wann ihre Trainingseinheit nicht planmässig erfolgen kann. Sind es externe Einflüsse (wie Materialien, defekte oder besetzte Geräte, die richtigen Fachpersonen nicht vor Ort), so müssen sie bereits vor Trainingsbeginn die Programmanpassung vornehmen. Sind es Faktoren seitens der Kundin oder des Kunden (zum Beispiel medizinischer Art wie Verletzungen, Schwangerschaft oder auch organisatorischer Art, wenn sie/er keine Handtücher dabei hat oder zu spät kommt) so können sie eine Anpassung meist erst zu Beginn der Einheit realisieren. Spontan müssen sie ihr Konzept anpassen und der Kundin/dem Kunden möglichst ohne Unterbruch eine sinnvoll angepasste Trainingseinheit vorschlagen.

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

## **Niveau und Modulnummer**

FA-HM2 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Ziele**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheits-training“ ist in der Lage,...

- ... wirkungsvolle und kundenorientierte Trainingsprogramme auszuarbeiten.
  - ... die Vorbereitungsaufgaben einer Trainingseinheit umsichtig zu erledigen.
  - ... die Einführung in die Trainingseinheit bedürfnis- und zielorientiert zu gestalten.
  - ... Trainingseinheiten effizient anzuleiten und durchzuführen.
  - ... die Bewegungsabläufe von Übungen am Gerät anatomisch, biomechanisch korrekt und nachvollziehbar anzuleiten.
  - ... die Umsetzung der Übungen ihrer Kundin/ihres Kunden sorgfältig zu begleiten.
  - ... eine Übung sinnvoll abzuschliessen.
  - ... am Ende einer Trainingseinheit den Transfer in Arbeit, Sport und Freizeit sinnvoll anzuleiten.
  - ... Trainingseinheiten sinnvoll abzuschliessen.
  - ... die Betreuung der Kund/innen während des Trainingsbetriebs umfassend sicherzustellen.
  - ... nach einer Trainingseinheit alle regulären Nachbearbeitungsaufgaben selbständig auszuführen.
  - ... deeskalierend und konstruktiv mit Kundenreklamationen umzugehen.
- 

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „ Fitness- und Gesundheitstraining“

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

**Voraussetzungen**

abgeschlossene Module BM1, BM2, BM3 sowie BM4 oder BM5

---

**Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung erarbeiten und begleiten ganzheitliche und individualisierte Beratungskonzepte zur Gesundheitsförderung und Lebensstilintervention.

Sie gestalten auf Basis eines Beratungsgesprächs und einer Standortbestimmung ein individuelles Konzept zur gesundheitsfördernden Betreuung der Kundin/des Kunden. Im Konzept beschreiben sie die Themenfelder der Kundin/des Kunden, in denen Handlungsbedarf besteht, die Rahmenbedingungen sowie die konkreten Zielsetzung für den Kunden/die Kundin. Zudem geben sie Kund/innen nützliche Tipps, wie sie im Alltag ihre Gesundheit verbessern können.

Sie betreuen und unterstützen Kundinnen und Kunden aktiv bei der Umsetzung des Trainings- und Bewegungsprogramms. Bei Kund/innen mit spezifischen Trainings- und Bewegungseinschränkungen achten sie besonders auf eine vorsichtige Umsetzung und kontinuierliche Betreuung.

Um langfristig die gesundheitsfördernde Wirkung zu gewährleisten, evaluieren sie in regelmässigen Abständen das Beratungskonzept. Sie arbeiten die Zwischenergebnisse und Verbesserungen im Entwicklungsstand der Kundin/des Kunden in das Betreuungskonzept ein oder entwickeln ein individuelles Anschlusskonzept. Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung sind sich der Bedeutung der eigenen Work-Life-Balance bewusst und arbeiten aktiv an deren Bestehen.

---

**Typische Arbeitssituation****Beratungskonzept ausarbeiten**

Auf Basis des Beratungsgesprächs, der Ergebnisse aus dem Testverfahren sowie weiterer Gespräche zur Verhaltensanalyse, erarbeiten die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung ein Beratungskonzept in Form eines individualisierten Kundenkonzepts. Sie legen darin die Rahmenbedingungen (Dauer, Beratungsfrequenz, -dauer und -termine) fest, beschreiben die Themenfelder, in denen Handlungsbedarf besteht und formulieren konkrete Zielsetzungen, abgeleitet vom Motiv bzw. Bedürfnis der Kundin/des Kunden. Gegebenenfalls berücksichtigen sie dabei auch Zusatzangebote wie Sauna, Massage etc. Daneben bilden das angepasste Trainings- oder Bewegungsprogramm sowie gesundheitsfördernde Empfehlungen zu den kundenspezifischen Themenfeldern den Kern des Beratungskonzepts. Zusätzlich enthält dieses einfache und realistische Tipps, wie die Kundin/der Kunde ihr/sein Bewegungsverhalten auch im Alltag sinnvoll anpassen und nachhaltig verändern kann.

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

**Niveau und Modulnummer**

FA-HM3 / Bausatz eid. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---



---

## **Ziele**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist in der Lage,...

- ... ein erstes Beratungsgespräch (Abklärungsgespräch) fachkompetent, motivierend und im Sinne einer ganzheitlichen Beratung auf einfühlsame Art und Weise zu führen.
  - ... eine weiterführende Standortbestimmung bezüglich Risikofaktoren und Lebensstil gewissenhaft und sorgfältig durchzuführen und das Ergebnis entsprechend korrekt zu interpretieren.
  - ... selbständig ein kundengerechtes individualisiertes und nachhaltiges Beratungskonzept auszuarbeiten.
  - ... die Kundin/den Kunden von der Notwendigkeit eines individuell abgestimmten Beratungskonzepts zu überzeugen und entsprechend eine Betreuungsvereinbarung abzuschliessen.
  - ... die Umsetzung des Beratungskonzepts auf aufmerksame und motivierende Art zu begleiten und bei Bedarf Anpassungen vorzunehmen.
  - ... die erreichten Ziele sowie den Ablauf des Beratungskonzepts strukturiert und aussagekräftig zu evaluieren.
  - ... ihre Vorbildfunktion jederzeit verantwortungsbewusst wahrzunehmen und einen entsprechend gesundheitsfördernden Lebensstil zu pflegen.
  - ... fachkompetent und angemessen mit Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen umzugehen.
- 

## **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

## **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

### **Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder  
als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

### **Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung bauen Netzwerke auf und halten diese mit aktiver interner wie externer Kontaktpflege aufrecht.

Sie wissen um die Bedeutung eines gut funktionierenden internen Netzwerks für ihren beruflichen Arbeitsalltag und pflegen einen engagierten und kollegialen Umgang innerhalb ihres Teams.

In der Pflege von externen Netzwerken sehen sie die Chance ihre unternehmenseigenen Interessen in Form von partnerschaftlichen Branchenbeziehungen zu vertreten.

Sie arbeiten mit persönlichen Weiterbildungen und ständiger Selbstreflexion an ihrer eigenen Entwicklung und leisten damit einen Beitrag zu einer zufriedenstellenden Zusammenarbeit im Team und mit externen Partnern.

---

### **Typische Arbeitssituation**

#### **Strategische Partnerschaften aufbauen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung gehen strategische Verbindungen und Partnerschaften mit branchenverwandten Organisationen (Vereine, Sportgruppen, Interessensgemeinschaften, Krankenversicherungen, Ärzten, Physiotherapien, Apotheken etc.), staatlichen Institutionen oder weiteren Unternehmen ein und pflegen diese. Ihre Anliegen resp. die Anliegen der Branche nach aussen vertreten sie mit den geeigneten Partnern.

#### **Selbstreflexion führen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung bemühen sich ihr eigenes Bewegungsvermögen sowie ihr berufliches Wissen und Können zu erhalten und ständig zu verbessern. Sie gehen ihren Kundinnen und Kunden mit gutem Beispiel voran, überprüfen kontinuierlich mittels Selbstreflexion die Qualität der eigenen Bewegungs- und Entspannungsabläufe, ihr persönliches Verhalten und ihre Gewohnheiten sowie ihr Erscheinungsbild und leiten bei Bedarf Massnahmen ab.

---

### **Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

### **Niveau und Modulnummer**

FA-WM1 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

### **Ziele**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist in der Lage,...

... die Kontaktpflege mit externen Anspruchsgruppen nutzbringend zu gestalten.

... ein internes, funktionstüchtiges und gewinnbringendes Netzwerk mit Kolleginnen und Kollegen aufzubauen und zu pflegen.

- ... gezielt und proaktiv Partnerschaften mit Organisationen einzugehen und zu pflegen, um gemeinsame oder ergänzende Ziele anzustreben.
  - ... sich laufend und zielorientiert weiterzubilden.
  - ... sich selbst und ihre fachlichen Kompetenzen zu hinterfragen und respektieren ihre Grenzen diesbezüglich.
- 

### **Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

### **Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

**Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

**Kompetenz**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung führen ausgewählte Arbeiten im Bereich Verkauf und Administration aus.

Sie erstellen Preiskalkulationen für die verschiedenen Angebote ihres Unternehmens im Rahmen des ihnen zur Verfügung stehenden Budgets. Sie formulieren Ausschreibungen der Angebote und administrieren das Angebots- und Kurswesen. Bei Ausschreibungen achten sie auf standardisierte Inhalte, die eigene Unternehmensphilosophie sowie auf das unternehmenseigene Design.

Neben der Angebotsgestaltung achten sie besonders auf die Zufriedenheit ihrer Kundinnen und Kunden. Sie evaluieren diese regelmässig und bearbeiten Kundenreklamationen professionell. Die Ergebnisse der Evaluationen und Reklamationen nehmen sie zum Anlass ihre eigene Arbeitsweise zu verbessern, um die Leistung und Atmosphäre im Unternehmen kontinuierlich zu fördern.

---

**Typische Arbeitssituation****Ausschreibungen der Angebote erstellen**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung legen fest, welche Angebote ausgeschrieben werden sollen. Dazu orientieren sie sich an der Unternehmensphilosophie und den aktuellen Trends in der Branche. Die Angebotsausschreibung formulieren sie schriftlich. Dabei orientieren sie sich zunächst am Marketingkonzept, an möglichen bestehenden Vorgaben oder Vorlagen und beschreiben Kurs-/Trainingsinhalte, Bewegungskonzepte und -methoden, die Zielgruppen, den Zeitraum, die Kosten und die Anmeldeformalitäten. Die Ausschreibung publizieren sie in einem dafür geeigneten und auf die Zielgruppe abgestimmten Medium.

**Neukunden gewinnen**

Um das Interesse potentieller Kundinnen und Kunden zu wecken, bemühen sich die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung um ein gepflegtes und modernes Erscheinungsbild ihres Unternehmens. Sie führen aufgrund ihrer Strategie, ihrem daraus abgeleiteten Marketingkonzept sowie der gelebten Kultur verschiedene Verkaufsförderungsmassnahmen (VFM) sowohl für ihre Dienstleistungen als auch für die Produkte durch. Dazu können Massnahmen gehören wie Direct Mailing, Inserate, Telefonate, Plakate, Anlässe im Unternehmen, Teilnahme an Shows, Wettbewerbe, Publireportagen, Zeitungsinserate, Newsletter, Produkteinfos, Apéros, Informationsanlässe, Internet-Aktivitäten, etc. Sie definieren die zu erreichenden Zielsetzungen, stimmen ihre Kundensegmente mit den möglichen Kommunikationskanälen und adäquaten VFM ab und planen die Durchführung sorgfältig, sich stets an die CI/CD-Bestimmungen haltend. Des Weiteren nutzen sie ihre persönlichen Kontakte und das Vertrauen ihrer Stammkund/innen zur gezielten Gewinnung von neuen Kundinnen und Kunden. Für die professionelle Durchführung aller VFM sind somit die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung zuständig, wobei sie Unterstützung von den Mitarbeitenden einfordern. Nach der Durchführung überprüfen sie die Massnahme auf Effektivität und Effizienz und überlegen sich Optimierungsmassnahmen.

---

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

**Niveau und Modulnummer**

FA-WM2 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

**Ziele**

Der/Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist in der Lage,...

- ... Preise für Angebote aufgrund ihrer Marktposition budgetkonform und realistisch zu kalkulieren.
  - ... sinnvolle Angebote für die Ausschreibung zu bestimmen, diese zu formulieren und zu publizieren.
  - ... alle erforderlichen administrativen Aufgaben im Zusammenhang mit ihren Angeboten selbständig durchzuführen.
  - ... geeignete strategiekonforme Verkaufsförderungsmassnahmen zur Gewinnung von Neukunden zu planen, durchzuführen und zu evaluieren.
  - ... im Sinne eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses (KVP) regelmässig die Kundenzufriedenheit zu evaluieren, zu interpretieren und Massnahmen anzuregen.
  - ... ein kundenorientiertes Reklamationsmanagement zu pflegen und dieses als wirkungsvolle Marketingmassnahme zu nutzen.
  - ... selbständig (Kunden-)Events zu planen, zu organisieren und durchzuführen.
  - ... einen unternehmenseigenen Shop bzw. eine unternehmenseigene Bar gewinnbringend zu führen.
- 

**Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

**Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre

**Voraussetzungen**

EFZ Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder als Empfehlung Grundlagenmodule 1-5, siehe [www.bewegung-und-gesundheit.ch](http://www.bewegung-und-gesundheit.ch)

---

**Kompetenz**

Die führen ihre Mitarbeitende engagiert und professionell.

Die Einführung neuer Mitarbeitender gestalten sie mit qualifizierten Gesprächen, geplanten Einführungsprogrammen sowie mit gemeinsam definierten Zielsetzungen. Im Sinne der optimalen Unterstützung ihres Personals nehmen sie ihre Verantwortung als Führungsperson ernst und beantworten fachliche Fragen, erklären sorgfältig komplexe Kundenprogramme und führen neue Geräte und Systeme gewissenhaft ein, um die korrekte Arbeitsweise jedes Mitarbeitenden zu gewährleisten. Ergänzend dazu pflegen sie eine aktive Rückmeldekultur mit dem gesamten Team bezüglich deren Leistungen und fördern bewusst den Austausch und die Zusammenarbeit untereinander.

Teamkultur ist ihnen sehr wichtig, weshalb sie deren Verbesserungsprozess kontinuierlich fördern.

---

**Typische Arbeitssituation****Personal betreuen**

Für die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung gehört Personalbetreuung zu den Hauptaufgaben. Sie erteilen den Mitarbeitenden Arbeitsaufträge und überwachen deren Umsetzung. Sie sorgen dabei für einen konsequenten Einsatz der standardisierten Hilfsmittel. Im Rahmen der Auftragsabwicklung unterstützen sie die Mitarbeitenden bei Bedarf und es erfolgt regelmässig eine Leistungsbeurteilung im Sinne eines day-to-day Feedbacks. Dabei fördern sie eine aktive Rückmeldekultur. Auch bei Mitarbeitenden, welche sie nicht tagtäglich sehen, achten sie auf regelmässige Treffen und Rückmeldungen zu deren Leistungen und gestalten den Betreuungsprozess entsprechend. Sie sind sich den speziellen Herausforderungen der Personalbetreuung bewusst, die durch die berufsspezifischen Rahmenbedingungen gegeben sind (7-Tage-Betrieb, lange Öffnungszeiten, schichtversetzte Arbeitszeiten, Spagat zwischen Coolness und Professionalität). Sie führen mit dem Personal Standortbestimmungen in Bezug auf die vereinbarten Jahresziele und berücksichtigen dabei die aktuelle Leistungserbringung. Sie pflegen einen kollegialen Stil der Führung und gehen dabei auf die individuellen Bedürfnisse der Mitarbeitenden ein. Sie nehmen sich bewusst Zeit für ihre Mitarbeitenden und bringen ihnen Wertschätzung (z.B. informelle Sitzungen, handschriftliche Geburtstagswünsche, etc.) entgegen.

**Teamkultur fördern**

Die Spezialisten/Spezialistinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung analysieren die Stimmung und Arbeitsfähigkeit im Team und treffen geeignete Massnahmen, um die Effizienz und Produktivität des Teams zu erhöhen bzw. zu stärken. Sie sorgen dafür, dass Arbeitsplatz und Arbeitsinstrumente die Mitarbeitenden unterstützen und stellen dafür die nötigen Mittel zur Verfügung. Sie fördern die Teamkultur und den aktiven Austausch der Mitarbeitenden und orientieren sich dabei an der Kultur des Unternehmens. Sie fördern die Eigen- bzw. Mitverantwortung des Teams und unterstützen den kontinuierlichen Verbesserungsprozess (KVP), welcher aus dem Team heraus wächst. Sie sind um ein gutes Klima im Team bemüht. Störungen und Unstimmigkeiten nehmen sie auf und bearbeiten diese.

---

**Kompetenznachweis**

Modulabschlussprüfung

---

**Niveau und Modulnummer**

FA-WM3 / Bausatz eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung

---

**Ziele**

Der/ Die Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung ist in der Lage,...

- ... neue Mitarbeitende während der Einführungsphase zu instruieren, zu begleiten und allenfalls zu schulen.
  - ... die Mitarbeitenden mittels konkreter Arbeitsaufträge und produktiver Rückmeldungen auf motivierte Art und Weise entwicklungsfördernd zu betreuen.
  - ... Mitarbeitende in der Umsetzung eines individuellen Programms vollumfänglich, fachlich korrekt und kundenorientiert zu instruieren.
  - ... ihre Mitarbeitenden einzeln oder im Team fachlich versiert zu schulen bzw. zu informieren.
  - ... selbst oder unter Einbezug von Fachleuten in die Handhabung neuer Geräte und Systeme einzuführen.
  - ... Teamsitzungen professionell zu leiten.
  - ... gute Rahmenbedingungen für die Zusammenarbeit der Mitarbeitenden im Team zu schaffen.
- 

**Anerkennung**

Teilabschluss für den eidg. Fachausweis Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Fachrichtung „Fitness- und Gesundheitstraining“ oder Fachrichtung „Körper- und Bewegungsschulung“.

---

**Laufzeit der Modul-ID**

5 Jahre