

# Experte/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP

## planen, entwickeln, instruieren, beraten, vorzeigen, korrigieren

«Mens sana in corpore sano», gesunder Geist in gesundem Körper. Wer Wert legt auf eine bewusste Lebensweise – zu der nicht nur die gesunde Ernährung gehört – lässt sich in Sachen körperliche Fitness von Profis beraten.

Experten und Expertinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung trainieren Menschen gezielt auf ganzheitliches Wohlbefinden, sei es für ein allgemein gutes Körpergefühl oder wegen körperlicher Beschwerden. Dabei müssen die Berufsleute einiges beachten, z.B. die Motivation, den Stoffwechsel, die Belastbarkeit und Beweglichkeit ihrer Klienten, je nach

individueller Ausprägung. Kommen physische oder psychische Probleme hinzu, wenden sie sich an Ärzte, Physiotherapeutinnen und andere Fachpersonen des Gesundheitswesens.

Für eine gesundheitswirksame Bewegungsförderung braucht es individuelle Angebote. Dahingehend entwickeln die Experten und Expertinnen Trainingspläne, so dass sie ihre Kunden mit Erfolg beraten und instruieren können. Da man in diesem Beruf meistens freischaffend ist, gehören auch kundenbindende Aktivitäten und ein breites Netzwerk mit anderen Fachleuten dazu.

### Zu wählen zwischen den Fachrichtungen:

Medizinische Fitness, Führung von Fitness- und Bewegungsunternehmen  
Mehr dazu auf [www.gateway.one/berufskunde](http://www.gateway.one/berufskunde).

## Was und wozu?

- Damit der Experte Bewegungs- und Gesundheitsförderung eine Klientin mit einem Rückenproblem risikofrei instruieren kann, berät er sich vor Trainingsbeginn mit einer Physiotherapeutin.
- Damit der Kunde weiterhin die Kurse zur Verbesserung seiner körperlichen Fitness besucht, motiviert ihn die Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung, indem sie ihm seine Fortschritte bewusst macht.
- Damit ein Kursteilnehmer beim Training seine Gelenke nicht zu sehr beansprucht, gibt ihm der Experte Bewegungs- und Gesundheitsförderung auch Ernährungstipps, so dass er sein Gewicht halten kann.
- Damit der Kundenstamm eines Fitness-Betriebes wachsen kann, nutzt die Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung ihr Netzwerk und macht so die Kursangebote publik.



GYMNOSBILD ZÜRICH CORNELIUS GRÄMIGER

## Anforderungsprofil

	vorteilhaft	wichtig	sehr wichtig
Belastbarkeit	■		
Beobachtungsgabe	■		
Geduld	■	■	
gepflegtes Auftreten	■	■	
gute Umgangsformen	■	■	
Interesse an Gesundheitsfragen, widerstandsfähige Konstitution	■	■	■
Interesse an Sport und Bewegung	■	■	■
pädagogisches Geschick	■	■	
vernetztes Denken	■	■	
Vertrauenswürdigkeit	■	■	

### Zutritt

Bei Prüfungsantritt:  
a) Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP (oder ehem. Fitnessinstructor/in BP) mit eidg. Fachausweis sowie mind. 3 und höchstens 6 Jahre Berufserfahrung oder

b) anderer eidg. anerkannter Abschluss in diesem Berufsfeld der höheren Berufsbildung oder Abschluss als Sportlehrer/in, Sportwissenschaftler/in oder Physiotherapeut/in sowie berufliche Erfahrung von mind. 5 bzw. höchstens 10 Jahren.

Ausserdem: die erforderlichen Modulabschlüsse bzw. gleichwertiger Abschluss.

**Ausbildung** In der Regel 3-semestrierte Kurse in Form von Modulen.

Hinweis: Die Kurskosten werden teilweise vom Bund übernommen.

**Sonnenseite** Experten und Expertinnen Bewegungs- und Gesundheitsförderung leben ihren gesunden und sportlichen Lebensstil vor, wovon sie auch selber profitieren. Zudem ist es

eine grosse Genugtuung zu sehen, wenn die Erfolge ihrer Bemühungen sichtbar und mit positivem Feedback belohnt werden.

**Schattenseite** Klienten und Klientinnen, die wenig Motivation zeigen und dennoch rasche Ergebnisse erwarten, sind schwer zufrieden zu stellen. Aufbauarbeit und gegenseitiges Vertrauen sind Fleissarbeit, die sich nicht immer auszahlt. Auch abends und an Wochenenden arbeiten ist nicht jedermanns Sache.

**Gut zu wissen** In diesem Beruf dreht sich alles um Bewegung und gesunden Lebensstil. Demensprechend ist man täglich von Leuten umgeben, denen ihr körperliches Wohlbefinden wichtig ist. Wer sich engagiert, gerne in dieser Welt auslebt und den Kontakt zu Gleichgesinnten schätzt, findet in dieser Tätigkeit grosse Erfüllung.

## Karrierewege

Master of Science FH in Physiotherapie oder in Sports
Physiotherapeut/in FH, Psychomotoriktherapeut/in FH, Fachperson Sport FH (EHSM), Ernährungsberater/in FH (Bachelor), Bachelor of Arts (FH) in Musik und Bewegung
Bewegungspädagoge/-in HF (eidg. Diplom)
Ausbildungsleiter/in HFP (eidg. Diplom)
Experte/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP
Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP oder gleichwertiger Abschluss (siehe Zutritt)