

Zertifikat

Hiermit wird

Pascal Kiehl

geboren: 21.08.1998

nach erfolgreich abgeschlossenem Fernlehrgang (Dauer: 165 UE) die

FITNESSTRAINER-A-LIZENZ
nach **staatlich zugelassener Ausbildung**

zuerkannt.

Die Prüfung wurde erfolgreich bestanden und erfolgte
im schriftlichen, mündlichen und praktischen Bereich.

Die folgenden Inhalte wurden vermittelt:

Herz-Kreislauf-System, Energiebereitstellung, Muskelphysiologie, sportmedizinische Grundlagen, allgemeine Trainingslehre, Belastungsuntersuchungen und leistungsdiagnostische Verfahren, Periodisierung des Trainings und Progressionstechniken, Richtlinien für das Training mit Senioren, Jugendlichen und Kindern, weitere Trainingsmethoden, Biomechanik und Bewegungslehre, Sportverletzungen und Regenerationsmanagement, Einblick in die Praxis und Trainingsplanung, Praxisübungen

Fernlehrgang zugelassen durch:




Köln, 23.09.2021



Ort, Datum, Prüfer




Geschäftsführer OTL Akademie