



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

Modulhandbuch

Bachelor-Studiengang Fitnesstraining (Bachelor of Arts, B.A.)

Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement

Gültig ab 1. Januar 2026

Inhalt

1 Studiengangskonzept	3
1.1 Präambel zum Verständnis von Fitness und Fitnessstraining	3
1.2 Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte.....	4
1.3 Anbieterqualifikation Leitfadens Prävention.....	5
1.4 Sonderlehrgänge Übungsleiterlizenz B Rehabilitationssport im Profil Orthopädie	6
1.5 Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen	6
1.6 ECTS-Leistungspunkte (Credit Points).....	9
1.7 Lernerfolgskontrollen	9
1.8 Prüfungsleistungen.....	9
2 Studienverlaufsplan	11
3 Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester	12
3.1 Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium der DHfPG	13
3.2 Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) - Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens	15
3.3 Beratungs- und Servicemanagement (bsm)	17
3.4 Medizinische Grundlagen (mg)	19
3.5 Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining	22
3.6 Gruppentraining I (g1) – Grundlagen Gruppentraining	25
3.7 Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen	28
4 Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester	31
4.1 Grundlagen Coaching (gco).....	32
4.2 Fitnessmarkt (fimt).....	35
4.3 Trainingslehre II (t2) –Ausdauertraining	37
4.4 Gruppentraining II (g2) – Kraft- und ausdauerorientierte Programme	40
4.5 Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre (gbwl).....	43
4.6 Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar.....	45
5 Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester	47
5.1 Trainingslehre III (t3) –Beweglichkeits- und Koordinationstraining	48
5.2 Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings	51
5.3 Gruppentraining III (g3) – Präventions- und koordinationsorientierte Programme	54
5.4 Kommunikation und Präsentation (kprae).....	57
5.5 Trainingslehre IV (t4) – Rehabilitatives Training	59
5.6 Trainingslehre V (t5) – Leistungsorientiertes Training.....	62
6 Modulbeschreibungen 7. Semester	65
6.1 Wissenschaftliches Arbeiten III (wa3) – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	66
6.2 Bachelor-Thesis (bt).....	68
6.3 Interdisziplinär (interbft)	69

1 Studiengangskonzept

1.1 Präambel zum Verständnis von Fitness und Fitnessstraining

Fitness kann definiert werden als die psychische und physische Leistungsfähigkeit eines Menschen, die ihn in die Lage versetzt, die vielfältigen geistigen und körperlichen Belastungen im Alltag, im Beruf sowie in der Freizeit so zu bewältigen, dass keine psycho-physische Erschöpfung eine weitere kreative Lebensgestaltung maßgeblich einschränkt oder verhindert.

Der Fitnessbegriff umfasst also ein breites Spektrum der menschlichen Leistungsfähigkeit in verschiedenen Situationen und Settings. Die körperliche Leistungsfähigkeit stellt in diesem Zusammenhang einen bedeutenden Faktor dar. Die volle Leistungsfähigkeit der motorischen Fähigkeiten kann Fehlfunktionen und Degenerationen, ausgelöst durch das Fehlen einer adäquaten körperlichen Belastung, entgegenwirken. Keine andere Maßnahme kann ein adäquates körperliches Training ersetzen, wenn das Ziel in einer Steigerung der Leistungsfähigkeit besteht, um damit die Funktionsfähigkeit des Organismus zu erhöhen.

Auch wenn der Begriff „Gesundheit“ oft mit dem Fitnessbegriff in Zusammenhang gebracht wird, geht Fitness über den reinen Gesundheitsbegriff hinaus. Fitness ist ein durch gezieltes Training, bewusste Ernährung und gesunde Lebensführung angestrebter physischer und psychischer Leistungszustand und beschränkt sich daher nicht ausschließlich auf das gesundheitliche Wohlbefinden. Fitness ist ein Zustand mit weiter reichenden Ansprüchen als Gesundheit und entwickelt sich als fließender Übergang aus dieser, indem zum allgemeinen Wohlbefinden in Verbindung mit der vollen Funktionstüchtigkeit aller Organsysteme ein bestimmter Anspruch von Leistungsfähigkeit über das normale Maß hinzukommt. Demnach ist nicht jeder gesunde Mensch auch automatisch „fit“.

Ein Gesundheitstraining unterscheidet sich von einem Fitnessstraining lediglich in seinem Intention Gehalt, also weniger inhaltlich, sondern eher in seiner Zielsetzung. Einem Gesundheitstraining kommt die Funktion eines Kompensationstrainings infolge von Bewegungsmangel und bequemer Lebensführung zu. Die betreffende Person ist überzeugt, etwas für ihre Gesundheit tun zu müssen, um Mängel (mangelnde Bewegung, schlechte Ernährungsgewohnheiten, Risikofaktoren) der eigenen Lebensführung zu kompensieren. Die dazugehörige Trainingsphilosophie könnte lauten: „Mit minimalem Aufwand den größtmöglichen Nutzen erzielen“.

Ein **Fitnessstraining** dagegen zielt auf die Verbesserung der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit ab, weniger im Hinblick auf ein Minimalmaß, sondern vielmehr auf ein Optimalmaß innerhalb der individuellen Möglichkeiten. Eine gezielte Verbesserung der Leistungsfähigkeit erfordert daher auch eine konsequentere Trainingssystematik, eine höhere Trainingshäufigkeit und höhere Belastungsanforderungen beziehungsweise persönliche Herausforderungen.

Im Kontext der Dimensionen sportlicher Aktivität ist das Fitnessstraining primär in den Bereich des Freizeit- und Breitensports einzustufen. Auch im Freizeit- und Breitensport kann das Fitnessstraining einen leistungsorientierten Charakter aufweisen, wenn das Trainingsziel in der Optimierung der individuellen psycho-physischen Ressourcen besteht. Im Fitnessstraining geht es jedoch nicht um eine permanente Maximierung der individuellen Leistungsfähigkeit oder eine Wettkampfvorbereitung auf Hochleistungsniveau. Diese Dimension der sportlichen Aktivität erfüllt der Leistungs- bzw. Hochleistungssport. Logischerweise muss auch der Hochleistungssportler eine gute Fitness haben und auch Hochleistungssportler betreiben ein allgemeines Fitnessstraining. Fitnessstraining kann aber abgegrenzt werden von einem sportartspezifischen leistungssportlichen Training oder einem sportartübergreifenden Athletiktraining, welches das Ziel verfolgt, Hochleistungssportler für die psycho-physischen Anforderungen im Training sowie im Wettkampf belastbarer zu machen.

Fitnessstraining grenzt sich zum Gesundheits- und Hochleistungssport zudem über die geringere Instrumentalisierung der sportlichen Aktivität ab. Die sportliche Aktivität ist nicht nur Mittel zum Zweck, sondern steht bei vielen Fitnesssportlern sogar im Fokus, getreu der Trainingsphilosophie „der Weg ist das Ziel“. Dementsprechend steht der Spaßfaktor beim Fitnessstraining deutlich mehr im Vordergrund als beim Gesundheits- oder Hochleistungssport. Auch ästhetische Ziele (z. B. besseres Aussehen, bessere Figur, Körperformung) spielen im Fitnessstraining eine weitaus größere Rolle als im Gesundheits- und Hochleistungssport. Diese ästhetischen Ziele lassen die Wurzeln des Fitnessstrainings im klassischen Bodybuilding erkennen. Das Fitnessstraining hat sich jedoch weiterentwickelt – vom klassischen Bodybuilding der Anfangszeit über verschiedene Trends in den zurückliegenden Jahrzehnten (z. B. Aerobic-Welle der 1980-er Jahre, Gesundheitswelle der 1990-er Jahre) bis hin zum Lifestylesport der heutigen Zeit. Von der Randsportart in der Anfangszeit hat sich das Fitnessstraining sukzessive zum Freizeit- und Breitensport für alle Zielgruppen entwickelt. Ein gesteigertes Fitness- und Gesundheitsbewusstsein sind heute gesellschaftlich erwünschte Lebensstilfaktoren. Dieses moderne Selbstverständnis von Fitness und Fitnessstraining zeigt sich in der Entwicklung des Fitnessmarktes. Mit über 10 Millionen Fitnesskunden in ca. 9.000 Fitnessstudios in Deutschland stellt Fitnessstraining in der heutigen Zeit einen nicht zu unterschätzenden Wirtschaftsfaktor dar.

Mit der Entwicklung des Fitnessstrainings und des Fitnessmarktes sind natürlich auch gestiegene Ansprüche und Anforderungen an die Kompetenzen der Fitnesstrainerinnen bzw. Fitnesstrainer verbunden. Das zunehmend interdisziplinär verortete Kompetenzprofil der modernen Fitnesstrainerinnen bzw. des modernen Fitnesstrainers beinhaltet daher sportmedizinische, trainings- und bewegungswissenschaftliche, ernährungsphysiologische und pädagogische Kenntnisse und Fertigkeiten sowie grundlegende Coaching- und Managementkompetenzen.

1.2 Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte

Der Studiengang qualifiziert zur Führungskraft in Fitness- und Freizeitunternehmen, die Trainingsangebote sowohl für das Individual- als auch für das Gruppentraining entwickelt und umsetzt und zudem für die Mitarbeiterführung in diesen Bereichen zuständig ist. Der inhaltliche Schwerpunkt des Studienganges liegt im Bereich der Trainings- und Bewegungswissenschaft. Auf der Basis anatomisch-physiologischer, biomechanischer und trainingswissenschaftlicher Grundlagen lernen die Studierenden, eine zielgruppenorientierte und an den Zielsetzungen der Fitnesskunden orientierte Trainingssteuerung umzusetzen. Die Wissensvermittlung sowie der Wissenstransfer erfolgen praxisnah und interdisziplinär. Die Zielsetzung kann sowohl ein gesundheits- als auch leistungsorientiertes Fitnessstraining, darüber hinaus aber auch ein rehabilitatives Fitnessstraining sein, welches nach Abschluss einer medizinischen Heilbehandlung, z. B. bei häufig vorkommenden Verletzungen oder Degenerationen des Bewegungssystems, die Funktions- und Leistungsfähigkeit der Fitnesskunden weiter verbessert. Durch die vielfältigen Kompetenzen, die über den Studiengang erworben werden, sind die Absolventen Spezialisten für Trainingsangebote im Individual- und Gruppentraining. Für die Trainingssteuerung erschließen sich die Absolventen umfassende Kenntnisse und Fertigkeiten zu sportmotorischen Testverfahren (Leistungsdiagnostik), Trainingsmethoden zur gezielten Verbesserung der motorischen Leistungsfähigkeit, Ansätzen zur langfristigen Periodisierung des Trainings sowie zur situationsgerechten Auswahl von Trainingsübungen bzw. Bewegungsformen. Im Bereich des Gruppentrainings erwerben sie Unterrichtskompetenzen sowie spezifische Kenntnisse und Fertigkeiten im kraft-, ausdauer- und gesundheitsorientierten Gruppentraining, so dass sie in der Lage sind, attraktive Gruppentrainingsangebote zielgruppenadäquat zu planen, umzusetzen und fachlich zu beurteilen. Der trainings- und bewegungswissenschaftlich orientierte Studienschwerpunkt wird ergänzt durch

sportmedizinische, ernährungsphysiologische, pädagogisch-psychologische sowie betriebswirtschaftliche Inhalte, damit die Absolventen interdisziplinäre Kenntnisse und Fertigkeiten für die berufliche Praxis erwerben, die eine direkte Einsetzbarkeit im Unternehmen sicherstellen.

1.3 Anbieterqualifikation Leitfaden Prävention

Studierende im Bachelor-Studiengang (B.A.) Fitnessstraining erwerben die nachfolgenden fachwissenschaftlichen, fachpraktischen und fachübergreifenden Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V:

Inhalt	Module	Umfang
Trainings- und Bewegungswissenschaften	Trainingslehre I	5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre III	5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre IV	5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre V	7 ECTS-Punkte
	Gruppentraining I	4 ECTS-Punkte
	Gruppentraining II	4 ECTS-Punkte
	Gruppentraining III	3 ECTS-Punkte
Medizin	Medizinische Grundlagen	6 ECTS-Punkte
	Trainingslehre I	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre III	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre IV	1 ECTS-Punkt
	Gruppentraining III	1 ECTS-Punkt
Pathologie, Pathophysiologie	Medizinische Grundlagen	4 ECTS-Punkte
	Trainingslehre I	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre III	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre IV	1,5 ECTS-Punkt
Psychologie, Pädagogik	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre III	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre IV	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre V	1 ECTS-Punkt
	Kommunikation und Präsentation	8 ECTS-Punkte
	Gruppentraining I	3,5 ECTS-Punkte
	Gruppentraining II	4 ECTS-Punkte
	Gruppentraining III	3 ECTS-Punkte
	Grundlagen Coaching	10 ECTS-Punkte
Theorie und Praxis der Sportarten und Bewegungsfelder	Trainingslehre I	2 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	2 ECTS-Punkte
	Trainingslehre III	2 ECTS-Punkte
	Trainingslehre IV	2 ECTS-Punkte
	Trainingslehre V	2 ECTS-Punkte
	Gruppentraining I	2 ECTS-Punkte
	Gruppentraining II	2 ECTS-Punkte
	Gruppentraining III	2 ECTS-Punkte
Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkte
	Gruppentraining III	1 ECTS-Punkte
Gesamt für die Präventionsprinzipien 1 und 2		107,5 ECTS-Punkte

Im Detail sind die Lerninhalte der aufgeführten Studienmodule den jeweiligen Einzelmodulhandbüchern zu entnehmen. Die fachpraktischen Kompetenzen im Umfang von mindestens 16 ECTS-Punkte werden sowohl im Präsenzunterricht als auch im Rahmen der dualen Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung (Bestätigung durch Unterschrift mit jeder Studienanmeldung) gemäß betrieblichem Ausbildungsplan erworben.

Absolventinnen und Absolventen des Bachelor-Studiengangs (B.A.) Fitnessstraining erfüllen somit die vom GKV-Spitzenverband im Leitfaden Prävention in der Fassung vom 27. September 2021 definierten Mindeststandards für die Durchführung von Leistungen der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten für die Präventionsprinzipien:

1. Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität
2. Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme

1.4 Sonderlehrgänge Übungsleiterlizenz B Rehabilitationssport im Profil Orthopädie

Die Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbände bieten für vorqualifizierte Personen Sonderlehrgänge für den Erwerb der Übungsleiterlizenz B Rehabilitationssport im Profil Orthopädie an. Die Übungsleiterlizenz B Rehabilitationssport im Profil Orthopädie berechtigt, in einer anerkannten Einrichtung Rehasport nach § 64 SGB IX anzubieten. Voraussetzung ist die Anerkennung der Einrichtung durch den jeweiligen Landesbehindertensportverband.

Absolventen des Studiengangs Fitnessstraining (Bachelor of Arts) werden durch die bundesweite Anerkennung im Ausbildungssystem des Deutschen Behindertensportverband e.V. (DBS) zu den Sonderlehrgängen der Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbände zugelassen. Durch diese Vorqualifikation ist der Sonderlehrgang mit 90 Lerneinheiten auf die Hälfte des normalen Lehrgangsumfanges verkürzt. Der Sonderlehrgang ist nach den Bestimmungen des Ausschuss Bildung/Lehre des Deutschen Behindertensportverbandes konzipiert und hat somit Gültigkeit in allen Bundesländern.

1.5 Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen

Der Bachelor-Studiengang (B.A.) „Fitnessstraining“ ist als duales, mediengestütztes Fernstudium, kombiniert mit kompakten Lehrveranstaltungen (vor Ort und/oder digital) konzipiert. In diesem Studienkonzept existieren mit der Hochschule, dem Ausbildungsbetrieb sowie der persönlichen Lernumgebung der Studierenden drei Lernorte. Durch dieses Konzept gelingt es, einen Wissens- und Fertigkeitstransfer mit hohem wissenschaftlichem Anspruch mit einem tätigkeitsfeldrelevanten Anwendungsbezug zu kombinieren.

Das Fernstudium hat mit einem primären instruktions- und anwendungsorientierten didaktischen Ansatz vorrangig die Aufgabe der organisierten, angeleiteten und betreuten Inhaltsvermittlung. In den gesamten Studienverlauf sind qualitätsvolle, digital gestützte Lehr-/Lernformate eingebunden (Blended-Learning). Im Zentrum des mediengestützten, kombinierten Fernstudiums steht das Lernmanagement-System (LMS) ILIAS. Das Akronym ILIAS steht für „Integriertes Lern-, Informations- und Arbeitskooperations-System“. ILIAS dient mit seinen vielfältigen Funktionen als zentrale digitale Plattform zur Unterstützung von organisatorischen Prozessen sowie als Lernplattform und somit für alle Studienprozesse an der DHfPG. In ILIAS wird das Fernstudium eines Studienmoduls in Lernsequenzen unterteilt, welche die Studierenden nacheinander absolvieren (geführter Lernweg). Innerhalb der

Lernsequenzen haben die Studierenden Zugriff auf die jeweiligen Lernmedien. Lernsequenzen schließen mit einer Lernerfolgskontrolle ab, die der formativen Selbstkontrolle des Lernfortschritts dient. In ILIAS werden Lernfortschritt und Lernverlauf dokumentiert.

Ein Lehrmedium in allen Studienmodulen sind Studienbriefe. Diese behandeln alle relevanten Lerninhalte eines Moduls und sind hierzu, z. B. mit Anweisungen, Übungen und Wiederholungsaufgaben, fernstudiendidaktisch aufbereitet. Diese didaktischen Hilfen dienen dem angeleiteten Selbststudium. Studierende der DHfPG haben Zugriff auf eine digitale Version der Studienbriefe über ILIAS. Auf Wunsch erhalten Studierende die Studienbriefe zusätzlich als Printdokument.

Darüber hinaus steht eine Vielzahl von digitalen Medien ergänzend zu den Studienbriefen zur Verfügung. Das Angebot an digitalen Medien, das jederzeit über ILIAS abrufbar ist, ist in einen fachübergreifenden und einen fachspezifischen Bereich unterteilt und beinhaltet insbesondere Lernmodule sowie Übungssammlungen und Audiodateien u. a. mit organisatorischen Informationen, fachspezifischen Inhalten und Übungen zur Selbstkontrolle. In den Studienbriefen erhalten die Studierenden gezielte Hinweise zu den thematisch zugeordneten digitalen Medien, sodass eine inhaltliche Verknüpfung zwischen Studienbriefen und digitalen Medien erzielt wird (Konzept der Integration). Alle digitalen Medien können unbegrenzt genutzt werden. Darüber hinaus fördern von wissenschaftlichen Mitarbeitenden moderierte Foren den fachlichen Austausch zwischen den Studierenden und somit den Lernerfolg im Fernstudium.

Neben den Studienbriefen sind digitale Unterrichtsphasen als fester Baustein in das Lehr-/Lernarrangement der Studiengänge der DHfPG integriert. Methodisch handelt es sich dabei um Bildschirmaufzeichnungen (Screencasts) von Power Point-Präsentationen und Audio-Kommentaren, die in einzelne, zeitlich begrenzte Lektionen (Micro-Lecture) aufgeteilt sind. In den Lektionen sind über Verlinkungen oder QR-Codes weitere Medienformate (z. B. Videos, Lernmodule, Übungssammlungen, digitale Lernkontrollen) eingebunden. Digitale Unterrichtsphasen erfüllen zum einen mit Lektionen zur Inhaltsvermittlung die Funktion eines Kompendiums der wesentlichen, zentralen Lerninhalte eines Studienmoduls, insbesondere des Leitmediums Studienbrief sowie ergänzender (integrierter) digitaler Lernmedien. Die Lektionen zur Inhaltsvermittlung dienen außerdem, wie die sonstigen Medien des Fernstudiums, der Vorbereitung auf die anwendungsorientierten Präsenzphasen (vor Ort und digital; vgl. Kapitel 1.2) sowie der Vorbereitung auf die jeweiligen Prüfungsleistungen. Zum anderen beinhalten die digitalen Unterrichtsphasen Lektionen zur Inhaltsvertiefung. Der Fokus dieser Lektionen liegt auf der Anwendung und dem Transfer der zentralen Lerninhalte. Aufgrund dieser Hybridfunktion verknüpfen die digitalen Unterrichtsphasen innerhalb des Lehr-/Lernarrangements die Selbstlern- und Präsenzphasen miteinander (Inverted-Classroom-Ansatz).

Die fachwissenschaftliche (synchrone und asynchrone) Fernstudienbetreuung bildet das Kerngerüst des Betreuungskonzeptes der DHfPG. Das Ferntutoring findet zentral über den Sitz der DHfPG in Saarbrücken statt. Das Tutoring-Team der DHfPG-Zentrale ist von Montag bis Freitag in der Zeit von 08.00 bis 17.00 Uhr telefonisch erreichbar. Die Studierenden haben ebenso die Möglichkeit, Fachfragen per E-Mail an das Tutoring-Team zu richten. In Fachforen können über ILIAS Fragen zu verschiedenen Themengebieten diskutiert werden. Die Fachforen werden von wissenschaftlichen Mitarbeitenden der DHfPG moderiert.

Jeweils im Anschluss an das Fernstudium zu den jeweiligen Studienmodulen finden die modulspezifischen, kompakten Lehrveranstaltungen statt. Die Lehrveranstaltungen sind als Präsenzphasen mit primär studierendenzentriertem Unterricht an einem der Studienzentren der DHfPG konzipiert. Verschiedene Lehrveranstaltungen können auch ortsungebunden, in Form von Livestream-Präsenzpha-

sen, absolviert werden, sofern eine Einwilligung des Ausbildungsbetriebs in dieses Format der Lehrveranstaltung vorliegt. In Ausnahmefällen und auf begründeten Antrag können Lehrveranstaltungen auch über ein digitales On-Demand-Format absolviert werden.

Hinweis: Für den Erwerb der Anbieterqualifikation zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V gemäß Leitfaden Prävention (vgl. Kapitel 1.3) sowie der Zusatzqualifikation „Sport- und Bewegungstherapie DVGS“ und den damit verbundenen Zertifikaten und Lizenzen ist die aktive und vollumfängliche Teilnahme an allen Vor-Ort-Veranstaltungen mit fachpraktischen und sport-/bewegungstherapeutischen Inhalten eine zwingende Voraussetzung.

In Anlehnung an die Typisierung des Wissenschaftsrates handelt es sich bei dem Bachelor-Studiengang „Fitnessstraining“ um ein praxisintegrierendes duales Studienangebot. Bei dem Konzept des Studiengangs verläuft die betriebliche Ausbildung parallel zum Fernstudium. Beide Lernorte sind inhaltlich und organisatorisch verzahnt. Die Studierenden arbeiten mehr als 20 Stunden pro Woche in einem geeigneten Ausbildungsbetrieb (Praxispartner) und bereiten sich sowohl in ihrer eigenen Lernumgebung (z. B. zu Hause) als auch im betrieblichen Setting auf die jeweils bevorstehende Lehrveranstaltung und Prüfungsleistung vor. Zur inhaltlichen Verzahnung der Studieninhalte mit der betrieblichen Praxis existiert ein Handbuch für die Ausbildungsbetriebe, in dem modulbezogen aufgezeigt wird, welche Studieninhalte im Hinblick auf die anvisierten Qualifikationsziele in der betrieblichen Praxis umgesetzt werden sollen. Auf der Basis des Handbuchs für die Ausbildungsbetriebe erstellen die Ausbilder einen betrieblichen Ausbildungsplan. Dieser muss der Hochschule zu Beginn des Studiums bis zur ersten Präsenzphase zur Überprüfung vorgelegt werden.

Alle Studierenden der Bachelor-Studiengänge müssen entsprechend der Studienordnung bei der Anmeldung einen Vertrag mit einem geeigneten Ausbildungsbetrieb vorweisen. Der Ausbildungsvertrag regelt unter anderem die Vergütung der Studierenden sowie die Übernahme der Studiengebühren. Die Betriebe müssen personell und fachlich geeignet sein, die in den betrieblichen Ausbildungsplänen der jeweiligen Fachrichtungen vorgeschriebenen Inhalte zu vermitteln. Eine Selbstauskunft der Eignung des Betriebes wird mit einer Unterschrift durch die jeweiligen Ausbilder bestätigt. Die Eignung des Betriebes ist ein Teil der Zulassungsdokumente und wird bei jeder Neuanmeldung eines Studierenden aktuell nachgewiesen. Betriebe und Studierende bestätigen mit Ihrer Unterschrift auf der Anmeldung die Inhalte der Zulassungsdokumente (Studienregeln und Verhaltenskatalog, Eignung des Betriebes, Tipps für eine erfolgreiche Umsetzung des dualen Studiums).

Der Bachelor-Studiengang „Fitnessstraining“ ist konsequent modular angelegt. Ein Studienmodul beinhaltet das mediengestützte und durch Fern tutoring betreute Fernstudium, die im Anschluss an das modulspezifische Fernstudium stattfindende kompakte Lehrveranstaltung (vor Ort und/oder digital) sowie den begleitenden Ausbildungsanteil bei einem Ausbildungsbetrieb bzw. Praxispartner.

Die Studienmodule sind in einem Studienverlaufsplan dargestellt (Kapitel 2). Der Studienverlaufsplan regelt den chronologischen Ablauf der Studienmodule. Abweichungen von diesem Ablaufplan sind nur in begründeten Ausnahmefällen möglich und müssen vom Studien- und Prüfungsamt genehmigt werden.

1.6 ECTS-Leistungspunkte (Credit Points)

Die ECTS-Leistungspunkte bzw. Credit Points für ein Studienmodul werden vergeben, wenn die Modulprüfungsleistung mit „bestanden“ bzw. einer Note, die zum Bestehen führt, bewertet wurde. Bei Studienmodulen ohne Prüfungsleistung wird die Vergabe der ECTS-Punkte von der Bearbeitung der Lerninhalte und dem Absolvieren der Lehrveranstaltung abhängig gemacht.

Ein ECTS-Punkt entspricht einer durchschnittlichen Arbeitsbelastung (Workload) von 30 Stunden. In dem siebensemestrigen dualen Bachelor-Studiengang werden pro Studienjahr 60 ECTS-Punkte und im Gesamtstudium 210 ECTS-Punkte erworben. Der Gesamtworkload wird auf die in Kapitel 1.4 dargestellten drei Lernorte (individuelle Lernumgebung bei Studierenden, betriebliche Ausbildung, Hochschule) verteilt. Eine differenzierte Ausweisung von ECTS-Punkten für diese drei Lernorte ist in dem Konzept der DHfPG nicht vorgesehen. Das Fernstudium, die ergänzenden kompakten Lehrveranstaltungen sowie die parallel verlaufende und über den betrieblichen Ausbildungsplan strukturierte betriebliche Ausbildung bilden eine curriculare Einheit und stellen aufgrund der stringenten Verzahnung untrennbare Modulbausteine dar. Über alle drei Lernorte werden sowohl die Fach- und personalen Kompetenzen in den jeweiligen wissenschaftlichen Fachgebieten als auch die berufsfeld-relevanten Schlüsselkompetenzen erworben. Auf dieser Grundlage werden die ECTS-Punkte für ein gesamtes Studienmodul ausgewiesen.

1.7 Lernerfolgskontrollen

Lernerfolgskontrollen dienen als formative Tests der Ermittlung des Lernfortschritts in einem Studienmodul und als Bindeglied zwischen dem Fernstudium und den Lehrveranstaltungen. Lernerfolgskontrollen finden in der Regel im Verlauf des Lernprozesses statt und werden nicht benotet. Jede Lernsequenz des Fernstudiums wird in ILIAS mit einer Lernerfolgskontrolle abgeschlossen (vgl. Kapitel 1.4). Darüber hinaus stehen zur Lernerfolgskontrolle Übungen und Wiederholungsaufgaben in den Studienbriefen sowie zusätzliche digitale Lernmedien über ILIAS zur Verfügung. In den Studienbriefen der Studienmodule wird darauf hingewiesen.

1.8 Prüfungsleistungen

Klausur (KL):

Ausgewählte Studienmodule schließen mit einer Klausur im Open-Book-Format ab. Die Aufgabenstellungen sind kompetenzorientiert, komplex und simulieren realistische berufliche Situationen. Die Verwendung von Hilfsmitteln ist dabei erlaubt. Ausnahmen: Die Verwendung von generativen KI-Tools sowie die Kommunikation mit Dritten während der Prüfung (auf direktem Weg oder über digitale Kanäle) sind nicht erlaubt und werden bei Zuwiderhandlung als Täuschungsversuch gewertet.

Hausarbeit (HA):

Im Rahmen von Hausarbeiten sind komplexe, handlungsorientierte Aufgaben- bzw. Problemstellungen zu bearbeiten. Hausarbeiten werden nach der zugehörigen Präsenzphase des Studienmoduls schriftlich oder digital bearbeitet und in digitaler Form eingereicht bzw. abgegeben. Hausarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistung konzipiert sein. In beiden Fällen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen

werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Hausarbeiten zielen insbesondere auf die Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten, kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen) in einem spezifischen Kontext ab.

Lehrproben (LP):

Bei dieser Prüfungsform bearbeiten die Studierenden komplexe, handlungs- und kompetenzorientierte Aufgabenstellungen. Sie erarbeiten ein vorgegebenes Thema aus dem Angebotsbereich Gruppentraining schriftlich und demonstrieren einen Teil davon. Lehrproben dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Medienkompetenz und fachübergreifender Kompetenzen.

Präsentation (PRÄ):

Bei dieser Prüfungsform analysieren die Studierenden vorgegebene Präsentationen. Die Analyseergebnisse werden von den Studierenden digital bearbeitet und eingereicht. Präsentationen dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Methodenkompetenz und fachübergreifenden Kompetenzen.

Projektarbeit (PRO):

Projektarbeiten behandeln komplexe, praxisbasierte Aufgabenstellungen, die bearbeitet werden müssen. Projektarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistungen konzipiert sein. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Projektarbeiten dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen, analytisches und vernetztes Denken). Bei kollektiven Prüfungsleistungen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden.

Bachelor-Thesis (TH):

Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist. Durch die Komplexität der Frage- und Problemstellungen werden bei der Bachelor-Thesis die Fachkompetenzen, Methodenkompetenzen sowie die fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten) gefördert.

2 Studienverlaufsplan

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)*	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium an der DHfPG	1. + 2.	5	2	–
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens		5	2	–
Beratungs- und Servicemanagement		10	3	KL
Medizinische Grundlagen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Gruppentraining I – Grundlagen Gruppentraining		10	4	LP
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen		10	3	KL
insgesamt		60	21	
Grundlagen Coaching	3. + 4.	10	3	KL
Fitnessmarkt		10	3	KL
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Gruppentraining II – Kraft- und ausdauerorientierte Programme		10	4	LP
Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre		10	3	KL
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt		60	19	
Trainingslehre III – Beweglichkeits- und Koordinationstraining	5. + 6.	10	3	HA
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Gruppentraining III – Präventions- und koordinationsorientierte Programme		10	4	LP
Kommunikation und Präsentation		10	3	PRÄ
Trainingslehre IV – Rehabilitatives Training		10	3	KL
Trainingslehre V – Leistungsorientiertes Training		10	3	HA
insgesamt		60	19	
Wissenschaftliches Arbeiten III – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	7.	6	2	–
Bachelor-Thesis		12	–	TH
Interdisziplinär		12	3	PRO
insgesamt		30	5	
Gesamtstudium		210	64	

HA = Hausarbeit KL = Klausur LP = Lehrprobe PRÄ = Präsentation PRO = Projektarbeit TH = Thesis

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

3 Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)*	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium an der DHfPG	1. + 2.	5	2	–
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens		5	2	–
Beratungs- und Servicemanagement		10	3	KL
Medizinische Grundlagen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Gruppentraining I – Grundlagen Gruppentraining		10	4	LP
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen		10	3	KL
insgesamt			60	21

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

HA = Hausarbeit	KL = Klausur	LP = Lehrprobe
-----------------	--------------	----------------

3.1 Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium der DHfPG

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können das duale Fernstudium gegen ein Präsenzstudium abgrenzen. • können die Berufsfelder/-chancen in ihrem jeweiligen Studiengang beschreiben. • können das pädagogische Konzept der DHfPG beschreiben. • können die Prüfungsstruktur und die Prüfungsanforderungen in ihrem Studiengang benennen und beschreiben. • können ihr Mitbestimmungsrecht als Studierende der DHfPG beschreiben und wahrnehmen. • können das hochschulinterne Learning-Management-System ILIAS anwenden. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur der Hochschule • Duales Studium vs. Präsenzstudium • Studienverlaufsplan • Tätigkeitsfelder Gesundheits-, Fitness- und Freizeitbranche • Kombination Studium und Ausbildung im Betrieb • Fernstudienmaterialien, Präsenzphasen und Betreuung, Prüfungsleistungen und Prüfungsanforderungen • Prüfungsstruktur • Anerkennung von Prüfungsleistungen • Lernen lernen • ILIAS Funktionen • Einführung in Excel und Word • Zeit- und Zielmanagement • Klassensprecherwahl • Berufsfelder und Chancen 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	

Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none">• Fachbereichsübergreifendes Studienmodul zur Vorbereitung auf das duale Studium an der DHfPG• Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019). <i>Studienanleitung Bachelor-Studium</i> . Saarbrücken: DHfPG. Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019). <i>Studienordnung für Bachelor- und Master-Studiengänge</i> . Saarbrücken: DHfPG.

3.2 Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) - Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können wissenschaftliche Basistechniken für alle folgenden Module und wissenschaftlichen Arbeiten des Studiengangs umsetzen. • können wissenschaftliche Publikationen kritisch bewerten. • können die wichtigsten Methoden des wissenschaftlichen Arbeitens nennen und beschreiben. • können Rahmenbedingungen des Lernprozesses optimieren und das hierfür erworbene Wissen für das eigenständige Lernen im Studiengang umsetzen. • sind in der Lage, empirische Studien in kleinerem Umfang zu recherchieren und zu bewerten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten • Anforderungen an wissenschaftliche Arbeiten • Charakteristika wissenschaftlicher Arbeiten • Aufbau wissenschaftlicher Arbeiten • Formalkriterien in wissenschaftlichen Arbeiten • Literaturrecherche und Literaturverwertung (Quellenangaben im Text, Zitation, Literaturverzeichnis) • Plagiarismus 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	

Grundlagenliteratur:	<p>Balzer, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftliches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation</i> (2. Aufl.). Herdecke: W3L.</p> <p>Bortz, J. & Schuster, C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Brink, A. (2013). <i>Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Bünting, K.-D., Bitterlich, A. & Pospiech, U. (2006). <i>Schreiben im Studium – mit Erfolg. Ein Leitfaden</i>. Berlin: Cornelson Scriptor.</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Psychologie (2019). <i>Richtlinien zur Manuskriptgestaltung</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Döring, N. & Bortz, J. (2015). <i>Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Frank, N. & Stary, J. (2011). <i>Die Technik wissenschaftlichen Arbeitens: eine praktische Anleitung</i> (16. Aufl.). Paderborn: Schöningh.</p> <p>Nünning, V. (2008). <i>Schlüsselkompetenzen: Qualifikation für Studium und Beruf</i>. Stuttgart: Metzler.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rost, F. (2012). <i>Lern- und Arbeitstechniken für das Studium</i> (7., überarb. u. akt. Aufl.). Opladen: Leske + Budrich.</p>
----------------------	---

3.3 Beratungs- und Servicemanagement (bsm)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Oliver Schumann, Prof. Dr. Axe Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können die Besonderheiten von Dienstleistungen erläutern und ihre Konsequenzen auf die Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche begründen. • können die Grundlagen der Kommunikation erläutern und die wesentlichen Bausteine der Kommunikation zielgerichtet und effizient im Umgang mit Interessenten und Kunden einsetzen. • sind in der Lage aktive und passive Telefonate zu differenzieren und in der Praxis zielgerichtete Telefonate für den Service und Vertrieb durchzuführen, um so die Kundenzufriedenheit zu steigern und zum Unternehmenserfolg beizutragen. • können Beratungen mit dem Ziel eines Verkaufsabschlusses, insbesondere in der Dienstleistungsbranche durchführen. • können die wesentlichen Aspekte des Servicemanagements erklären und die verschiedenen Faktoren im Service analysieren, um die Serviceleistungen des Unternehmens zu optimieren. • können das transtheoretische Modell mit seiner Bedeutung für Sport und Fitness erläutern und in der Praxis anwenden. • sind in der Lage die Funktionen der Freizeit, die ein Unternehmen erfüllen kann, zu analysieren, um so die Angebotsgestaltung darauf auszurichten. • sind in der Lage Beschwerdegründe im Unternehmen zu analysieren, um ein zielführendes Beschwerdemanagement umzusetzen. • können die relevanten Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement erheben und analysieren. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Dienstleistungsbranche: Begriffsdefinition und -abgrenzung der Dienstleistung, Wandel der Wirtschaftssektoren in Deutschland, Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche • Grundlagen der Kommunikation: Begriffsdefinition, Wissensbausteine der Kommunikation, Kommunikationsmodelle, Qualität von Kommunikation, verbale, paraverbale und nonverbale Kommunikation • Telefonate: passive und aktive Telefonate, kundenorientiertes Telefonieren • Beratung und Verkauf von Sport-, Fitness- und Gesundheitsdienstleistungen: Verkauf einer Dienstleistung, Beratungskompetenzen im Verkauf, Phasen des Beratungsgesprächs, Verkaufsstrategien • Servicemanagement: Bedeutung von Service und Servicemanagement, Servicekontaktpunkte, Zeit und Freizeit, Motive für Sport und Fitness, Service managen, Entwicklung und Implementierung einer Servicestrategie • Beschwerdemanagement: Bedeutung von Beschwerden, Verständnis von Beschwerden, Begriff und Ziele des Beschwerdemanagements, Beschwerdemanagementprozess, persönliche Beschwerden vor Ort, negatives Feedback im Internet 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement: Wesen von Kennzahlen, Bildung und Einsatz von relevanten Kennzahlen, ausgewählte Kennzahlen im Beratungs- und Servicemanagement
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Backwinkel, H. & Sturtz, P. (2018). <i>Telefonieren: Professionelle Gesprächstechniken</i>. (5. Aufl.). München: Haufe.</p> <p>Birkenbihl, V. F. (2018). <i>Kommunikationstraining. Zwischenmenschliche Beziehungen erfolgreich gestalten</i> (38. Aufl.). München: MVG.</p> <p>Bruhn, M. (2020). <i>Qualitätsmanagement für Dienstleistungen. Handbuch für ein erfolgreiches Qualitätsmanagement. Grundlagen - Konzepte - Methoden</i> (12., aktualisierte und erweiterte Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer Gabler.</p> <p>Haller, S. & Wissing, C. (2022). <i>Dienstleistungsmanagement. Grundlagen – Konzepte – Instrumente</i> (9., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Hofbauer, G. & Hellwig, C. (2016). <i>Professionelles Vertriebsmanagement. Der prozessorientierte Ansatz aus Anbieter- und Beschaffersicht</i>. Erlangen: Publi-cis.</p> <p>Kühnapfel, J. B. (2021). <i>Vertriebskennzahlen. Kennzahlen und Kennzahlensysteme für das Vertriebsmanagement</i> (3. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Limbeck, M. (2023). <i>DAS NEUE HARDESELLING. Verkaufen heißt verkaufen - so kommen sie zum abschluss</i>. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Magerhans, A. & Engelhardt, J.-F. (2023). <i>Kundenzufriedenheit klipp & klar</i>. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Oetzel, S. & Luppold, A. (2023). <i>33 Phänomene der Kaufentscheidung. Kundenverhalten besser verstehen – Wissen und Inspiration</i>. Wiesbaden: Springer Gabler</p> <p>Scheed, B. & Scherer, P. (2023). <i>Strategisches Vertriebsmanagement. Methoden für den systematischen B2B-Vertrieb im digitalen Zeitalter</i> (2. Aufl.). Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Stauss, B. & Seidel, W. (2023). <i>Beschwerdemanagement. Unzufriedene Kunden als profitable Zielgruppe</i> (6., aktualisierte Aufl.). München: Hanser.</p>

3.4 Medizinische Grundlagen (mg)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können Trainingsübungen im Sport hinsichtlich der beanspruchten arthromuskulären Strukturen auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie des aktiven und passiven Bewegungssystems analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Trainingsübungen für die Trainingsplanung auszuwählen. sind in der Lage, Belastungsformen im Sport hinsichtlich Beanspruchung des Herz-Kreislauf- und Atmungssystem auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie zu analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Belastungsformen für das Herz-Kreislauf-Training auszuwählen. können die neuromuskulären Wirkungsmechanismen beim Zustandekommen von willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungen sowie bei vegetativen Mechanismen durch ihr fachtheoretisches Wissen zum Nervensystem erläutern, um auf der Basis dieses Wissens geeignete Maßnahmen zur Steuerung des motorischen Lernens ableiten zu können. können die physiologischen Wirkungsmechanismen des endokrinen Systems beschreiben, um auf der Basis dieses Wissen sportliche Belastungen hinsichtlich hormoneller Wirkungen sowie pathogene endokrine Mechanismen am Entstehen von Krankheiten zu beurteilen. können die Wirkungsmechanismen zur Auslösung trainingsinduzierter Adaptationen an den verschiedenen Organsystemen des Körpers erklären, um auf der Basis dieses Wissens zielorientiert geeignete Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. sind in der Lage, Belastungen im Sport hinsichtlich der Wege der Energiebereitstellung auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zum Energiestoffwechsel zu analysieren, um in der Trainingspraxis Belastungen zielorientiert zu steuern. können die Wirkungsmechanismen zur Temperaturregulation darstellen, um auf der Basis dieses Wissens den Einfluss körperlicher Aktivität auf die Temperaturregulation zu erklären. können die Merkmale der spezifischen Entwicklung erläutern, um auf der Basis dieses Wissens geschlechts- und altersspezifische Merkmale bei der Planung von Trainingsprogrammen zu berücksichtigen. können die Pathophysiologie relevanter internistischer und orthopädischer Erkrankungen erläutern, um auf der Basis dieses Wissens Risikoprofile zu erstellen und zielorientiert geeignete primär-, sekundär- und tertiärpräventive Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Themengebiet entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	<p>Medizin (6 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anatomische Nomenklatur • Allgemeine Zellehre und Gewebelehre (Histologie) • Anatomie und Physiologie des Bewegungssystems • Funktionelle Anatomie der wichtigsten Muskel-Gelenk-Systeme • Anatomie und Physiologie des Herz-Kreislauf-Systems • Anatomie und Physiologie des Atmungssystems • Anatomie und Physiologie des Nervensystems • Bedeutung und Funktion von Hormonen und Enzymen • Grundlagen des Energiestoffwechsels • Temperaturregulation • Merkmale der spezifischen Entwicklung <p>Pathologie/Pathophysiologie (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pathophysiologie ausgewählter internistischer Risikofaktoren/Erkrankungen <ul style="list-style-type: none"> - Diabetes mellitus - Arterielle Hypertonie - Koronare Herzkrankheit (KHK), - Chronisch obstruktive Atemwegserkrankungen (COPD)
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes naturwissenschaftliches Studienmodul zur Vorbereitung auf die trainings- und bewegungswissenschaftlichen sowie gesundheitswissenschaftlichen Studieninhalte des Studiengangs • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	Graf, C. (2012). <i>Lehrbuch Sportmedizin. Basiswissen, präventive, therapeutische und besondere Aspekte</i> . Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.

- Graf, C. (2013). *Sport- und Bewegungstherapie bei inneren Krankheiten: Lehrbuch für Sportlehrer, Übungsleiter, Physiotherapeuten und Sport-mediziner* (4. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte Verlag.
- Hollmann, W. & Strüder, H. K. (2009). *Sportmedizin. Grundlagen von körperlicher Aktivität, Training und Präventivmedizin* (5. Aufl.). Stuttgart: Schattauer.
- Raschka, C. & Nitsche, L. (2016). *Praktische Sportmedizin*. Stuttgart: Thieme.
- Rauber, A. & Kopsch, F. (2003). *Anatomie des Menschen. Band I – Bewegungsapparat* (3. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Schünke, M., Schulte, E., Schumacher, U., Voll, M. & Wesker, K. (2004). *Prometheus – Lernatlas der Anatomie*. Stuttgart: Thieme.
- Schwegler, J. S. & Lucius, R. (2016). *Der Mensch – Anatomie und Physiologie* (6. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Speckmann, E.-J. & Wittkoeski, W. (2015). *Handbuch Anatomie. Bau und Funktion des menschlichen Körpers*. München: Ullmann.
- Tittel, K. (1994). *Beschreibende und funktionelle Anatomie des Menschen*. München: Urban & Fischer.
- Vaupel, P., Schaible, H.-G. & Mutschler, E. (2015). *Anatomie, Physiologie, Pathophysiologie des Menschen* (7. Aufl.). Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.

3.5 Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die übergeordneten Prinzipien der Trainingslehre in der Krafttrainingspraxis anwenden, um dadurch die Effektivität und die Effizienz der Trainingsmaßnahmen zu optimieren. können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Krafttraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. sind in der Lage, geeignete sportmotorische Verfahren der Krafttestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Kraftleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. sind in der Lage, geeignete Krafttrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. können aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige periodisierte Trainingspläne für das Krafttraining erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. sind in der Lage, Krafttrainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Krafttrainingsplanung zu treffen. können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Krafttrainingsübungen zu ermöglichen. können Fehler bei der Ausführung von Krafttrainingsübungen korrigieren, um ihren Klienten ein sicheres und effektives Krafttraining zu ermöglichen. sind in der Lage, Krafttrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen zu planen, diese in der Praxis umzusetzen und die Trainingseffekte zu evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Trainingspraxis abzuleiten. können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen abzuleiten. können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Krafttrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen. 	

<p>Studieninhalte:</p>	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Trainingslehre • Trainingssteuerung im Fitness- und Gesundheitssport • Aufbau einer Trainingseinheit • Erscheinungsformen/Einflussfaktoren der motorischen Fähigkeit Kraft • Biomechanische Grundlagen des Krafttrainings • Ausgewählte Verfahren der Kraftdiagnostik • Trainingsplanung und Periodisierung im Krafttraining • Trainingsdurchführung im Krafttraining • Geschlechts- und altersspezifische Aspekte des Krafttrainings <p>Medizin (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strukturelle, neuromuskuläre, hormonelle und kardiovaskuläre Anpassungsprozesse durch Krafttraining • Gesundheitsförderliche Effekte eines Krafttrainings • Analyse von Krafttrainingsübungen unter funktionell-anatomischen Gesichtspunkten <p>Pathologie/Pathophysiologie (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Krafttraining mit internistischen Risikogruppen (Typ 2 Diabetes, arterielle Hypertonie, Fettstoffwechselstörungen) • Krafttraining mit orthopädischen Risikogruppen (Low back pain, Osteoporose) <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Übungsunterweisung im Krafttraining • Analyse von Krafttrainingsübungen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl • Methodische Übungsreihen, Fehlerkorrekturen, Hilfestellungen im Krafttraining • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität im Krafttraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Krafttraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Testverfahren, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im Krafttraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer- Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung der Krafttestverfahren und Ableitung geeigneter Trainingsintensitäten - Eigenrealisation und Anleitung der Krafttrainingsmethoden <p>Grundlagen Gesundheitsförderung und Prävention (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit – Begriffsbestimmung und Definitionsansätze • Prävention – Gesunderhaltung und Krankheitsvorbeugung • Risikofaktorenmodell • Gesundheitssport
<p>Studienform:</p>	<p>duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung</p>

Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Baechle, T. R. & Earle, R. W. (2008). <i>Essentials of strength training and conditioning</i> (3. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Eifler, C. (2017). <i>Intensitätssteuerung im fitnessorientierten Krafttraining – Eine empirische Studie</i>. Marburg: Tectum.</p> <p>Freiwald, J. & Greiwing, A. (2016). <i>Optimales Krafttraining. Sport – Rehabilitation – Prävention</i>. Balingen: Spitta.</p> <p>Fröhlich, M., Links, L. & Pieter, A. (2012). Effekte des Krafttrainings. Eine metaanalytische Betrachtung. <i>Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie</i>, 60 (1), 14-20.</p> <p>Gießing, J., Fröhlich, M. & Preuss, P. (2005). <i>Current results of strength training research</i>. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gießing, J. & M. Fröhlich, M. (2008). <i>Current results of strength training research</i> (vol. 2). A multi-perspective approach. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gießing, J., Fröhlich, M. & Rößler, R. (2012). <i>Current results of strength training research</i> (vol. 3). Various aspects on fitness and performance. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gottlob, A. (2013). <i>Differenziertes Krafttraining – mit Schwerpunkt Wirbelsäule</i> (4. Aufl.). München: Urban & Fischer.</p> <p>Hottenrot, K. & Neumann, G. (2016). <i>Trainingswissenschaft: Ein Lehrbuch in 14 Lektionen</i> (3. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Kraemer, W. J. (2014). <i>Designing resistance training programs</i> (4. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Ratamess, N. A., Alvar, B. A., Evetoch, T. K., et al. (2009). ACSM position stand. Progression models in resistance training for healthy adults. <i>Medicine and Science in Sports and Exercise</i>, 41 (3), 687-708.</p>

3.6 Gruppentraining I (g1) – Grundlagen Gruppentraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten (Bewegungsfeld Gruppentraining). sind in der Lage, unterschiedliche Angebotsbereiche im Gruppentraining darzustellen und zu beurteilen, um aktive und potenzielle Teilnehmer an Gruppentrainingsprogrammen kompetent und zielgerichtet beraten zu können. können Grundschritte der Aerobic und Step Aerobic sowie Basis-Übungen zur funktionellen Kräftigung, Mobilisation und Dehnung selbst technisch korrekt auszuführen und diese vorbildlich zu demonstrieren. können mehrere Personen gleichzeitig in Grundschritten des Aerobic und Step Aerobic sowie in Basis-Übungen zur funktionellen Kräftigung, Mobilisation und Dehnung zielführend anleiten und motivieren. sind in der Lage, grobe Fehler bei der Ausführung von Grundschritten des Aerobic und Step Aerobic sowie bei Basis-Übungen zur funktionellen Kräftigung, Mobilisation und Dehnung zu erkennen und zu korrigieren, um Teilnehmern an Gruppenfitnesskursen ein sicheres und effektives Training zu ermöglichen. können die Kurse Bodystyling und Wirbelsäulengymnastik für Einsteiger inhaltlich planen und umsetzen. können grundlegende Methoden zum Aufbau von einfachen Choreografien beschreiben. können die wesentlichen Aspekte im Hinblick auf die Konzeption und Organisation des Gruppentrainingsbereichs (Kurs-Management) bei einem Anbieter von Bewegungsprogrammen erklären und die verschiedenen Faktoren im Kurs-Management analysieren, um diese im Unternehmen zu optimieren. können sowohl individuell als auch im Kollektiv Lösungsstrategien zu Fragestellungen im Themenbereich entwickeln, diese präsentieren und zur Diskussion stellen, um ihr problemorientiertes Denken zu schärfen. 	
Studieninhalte:	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Bedeutung und Inhalte des Begriffs „Gruppentraining“ Inhalte und Abgrenzung von Gruppentrainingsangeboten Die motorischen Fähigkeiten im Kontext Gruppentraining Bewegung und Funktionalität im Gruppentraining: Haltung, Ausgangsstellungen, Positionsänderung; ungünstige Belastungen des passiven und aktiven Bewegungssystems sowie des HKL-Systems Grundlagen Musiklehre und Bewegung zur Musik 	

	<p>Pädagogik/Psychologie (3,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik/Methodik im Gruppentraining: Aufbau einer Trainingseinheit, Planung einer Kursstunde, Methodik im Gruppentraining • Funktionen des Gruppentrainers, Trainerverhalten • Grundlagen Teaching Skills <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Gruppentraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Kraftorientierte Kurse - Gesundheitsorientierte Kurse - Anwendbarkeit ausgewählter Übungen im Gruppentraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer - Gruppe) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung von Gruppen: Grundschrifte Aerobic/Step Aerobic; Basis-Übungen zur funktionellen Kräftigung; Dehnung und Mobilisation im Rahmen eines Workouts oder einer Wirbelsäulengymnastik <p>Kurs-Management (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Positive Auswirkungen des Gruppentrainings auf die Kundenbindung • Kursplankonzeption • Organisation des Kursbereichs
<p>Studienform:</p>	<p>duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung</p>
<p>Art der Lehrveranstaltung:</p>	<p>Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)</p>
<p>Lernformen:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
<p>Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:</p>	<p>Bestehen der Prüfungsleistung</p>
<p>Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrprobe (Video mit schriftlicher Ausarbeitung; Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
<p>Verwendbarkeit des Moduls:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Gruppentraining“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining
<p>Grundlagenliteratur:</p>	<p>Bauer, O. & Bauer, A. (2007). <i>Praxisbuch funktionelle Wirbelsäulengymnastik und Rückentraining: Teil 1: Mobilisation, Streckung und Stabilisation der Wirbelsäule</i>. Stuttgart: Neuer Sportverlag.</p>

- Bauer, O. & Bauer, A. (2011). *Praxisbuch funktionelle Wirbelsäulengymnastik und Rückentraining: Teil 2: Übungen zur Kräftigung und Dehnung*. Stuttgart: Neuer Sportverlag.
- Breuer, C. & Michel, H. (2003). *Trendsport: Modelle, Orientierungen und Konsequenzen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Buskies, W. & Boeckh-Behrens, W.-U. (2009). *Fitness-Gesundheits-Training*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Grössing, S. (2007). *Einführung in die Sportdidaktik* (9. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Haberlandt, A. & Holst, I. (2017). *Groupfitness. Workout Basics & Variationen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Hohmann, A., Lames, M. & Letzelter, M. (2002). *Einführung in die Trainingswissenschaft*. Wiebelsheim: Limpert.
- Pahmeier, I. & Niederbäumer, C. (2014). *Step-Aerobic für Fitness und Gesundheit in Studio, Verein und Schule* (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Pöhlmann, R. & Kirchner, G. (2005). *Lehrbuch der Sportmotorik. Psychomotorische Grundlagen und Anwendungen*. Kassel: Zimmermann & Kaul.
- Quenzer, E & Nepper, H.-U. (2008). *Funktionelle Gymnastik. Grundlagen – Methoden – Übungen* (4. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Ringat, H. (2011). *Funktionelle Gymnastik. Praxis in 25 Stundenbildern* (3. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Schwichtenberg, M. & Jordan, A. (2012). *Kräftigen und Dehnen* (3. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Slomka, G. (2015). *Das neue Aerobic-Training* (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Tokarski, W., Tosounidis, A. & Zarotis, G. F. (2023). Drop-out & Prevention in Fitness Sports. *Saudi Journal of Humanities and Social Sciences*, 8 (8), 234–239.

3.7 Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können grundlegende Kenntnisse zum Verdauungssystem und zu Energiebereitstellungsprozessen erklären. können Grundlagen zum Kohlenhydrat-, Lipid- und Proteinstoffwechsel sowie zu Mikronährstoffen beschreiben. sind in der Lage, allgemeine und sportartspezifische Ernährung, Ernährungs- und Kostgestaltung in der Gewichtsreduktion sowie verschiedene Ernährungsformen anzuwenden. können die Zweckmäßigkeit ausgewählter Nahrungsergänzungen erkennen. können präventive Ernährungsempfehlungen bei verschiedenen Stoffwechselerkrankungen erläutern. sind in der Lage, anthropometrische Daten zu beurteilen und den theoretischen individuellen Energiebedarf unterschiedlicher Personen zu berechnen. können den individuellen Flüssigkeitsbedarf verschiedener Personen bestimmen. sind in der Lage, die Vor- und Nachteile verschiedener Ernährungsformen abzuleiten. können Ernährungsprotokolle analysieren und Ernährungsfehler aufdecken. sind in der Lage, sinnvolle und evidenzbasierte Ernährungsstrategien bei unterschiedlichen Zielsetzungen zu erklären. können problemorientiert Denken sowie Lösungsstrategien entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernährungsphysiologische Grundlagen Makronährstoffe und Mikronährstoffe Wasser und Wasserhaushalt Bestimmung und Bewertung der Körperzusammensetzung Ernährungsstrategien zur Gewichtsreduktion Übergewicht, Adipositas und Folgeerkrankungen sowie präventive Ernährungsempfehlungen Grundlagen der Sporternährung Übersicht über verschiedene Ernährungsformen 	

	<ul style="list-style-type: none"> • wichtige Nahrungsergänzungen im Sport • aktuelle Ernährungstrends
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Ernährung“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Allison, D. B. & Baskin, M. L. (Hrsg.). (2009). <i>Handbook of assessment methods for eating behaviors and weight-related problems. Measures, theory, and research</i> (2nd ed). Los Angeles: Sage Publications.</p> <p>Daniel, H. & Wenzel, U. (2014). Energiebilanz und Ernährungszustand. In P. C. Heinrich, M. Müller & L. Graeve (Hrsg.), <i>Biochemie und Pathobiochemie</i> (9. Aufl., S. 687–695). Heidelberg: Springer.</p> <p>Deutsche Adipositas Gesellschaft e.V. (2014). <i>Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“</i>. (2.Aufl.). Verfügbar unter http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014.pdf</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. & Österreichische Gesellschaft für Ernährung. (2024). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Verfügbar unter https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/</p> <p>Dinu, M., Pagliai, G., Casini, A. & Sofi, F. (2018). Mediterranean diet and multiple health outcomes: an umbrella review of meta-analyses of observational studies and randomised trials. <i>European journal of clinical nutrition</i>, 72 (1), 30–43.</p> <p>Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). <i>Ernährung des Menschen</i> (5. Aufl.). Stuttgart: Eugen Ulmer.</p> <p>Fernández-Alvira, J. M., Börnhorst, C., Bammann, K., Gwozdz, W., Krogh, V., Hebestreit, A. et al. (2015). Prospective associations between socio-economic status and dietary patterns in European children: the Identification and Prevention of Dietary- and Lifestyle-induced Health Effects in Children and Infants (IDEFICS) Study. <i>The British Journal of Nutrition</i>, 113 (3), 517–525.</p> <p>Hall, K. D., Ayuketah, A., Brychta, R., Cai, H., Cassimatis, T., Chen, K. Y. et al. (2019). Ultra-Processed Diets cause Excess Calorie Intake and Weight gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad libitum Food Intake. <i>Cell Metabolism</i>, 30, 1–11.</p>

-
- | | |
|--|--|
| | <p>Mulders, R. J., Git, K. C., Schéle, E., Dickson, S. L., Sanz, Y. & Adan, R. A. (2018). Microbiota in obesity: interactions with endocrine, immune and central nervous systems. <i>Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity</i>, 19 (4), 435–451.</p> <p>Murray, K., Placidi, E., Schuring, E. A., Hoad, C. L., Koppenol, W., Arnaudov, L. N. et al. (2015). Aerated drinks increase gastric volume and reduce appetite as assessed by MRI: a randomized, balanced, crossover trial. <i>The American journal of clinical nutrition</i>, 101 (2), 270–278.</p> <p>Willett, W. (2013). <i>Nutritional epidemiology</i> (3rd ed). Oxford: Oxford University Press.</p> |
|--|--|
-

4 Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Grundlagen Coaching	3.+4.	10	3	KL
Fitnessmarkt		10	3	KL
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Gruppentraining II – Kraft- und ausdauerorientierte Programme		10	4	LP
Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre		10	3	KL
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt		60	19	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

HA = Hausarbeit KL = Klausur PRO = Projektarbeit

4.1 Grundlagen Coaching (gco)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Ansätze und Aufgaben des Coaching im Themenfeld Fitnessstraining nennen und erklären. können Coaching von Training abgrenzen. können Coaching im Fitnessstraining von Coaching in anderen Bereichen abgrenzen. können die psychologischen Grundlagen des Coaching und der Veränderung des Gesundheitsverhaltens beschreiben. können Konzepte zur Untersuchung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens im Kontext Fitnessstraining nennen, erläutern und kritisch beurteilen. sind in der Lage, Strategien zur Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens von Trainierenden praktisch umzusetzen. 	
Studieninhalte:	<p>Psychologie und Pädagogik (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Definition und Entwicklung des Begriffs Coaching Anlässe im Coaching Spezifika des Coaching im Fitnessstraining Coaching Kompetenzen Coaching-Grundlagen im Umgang mit Trainierenden: Coach versus Trainer, Aktiv zuhören, Fragen stellen, Gesprächsführung Psychologische Grundlagen: Motivation und Volition, Lernen, Selbstwirksamkeitserwartung, Bewertung von Erfolg und Misserfolg im Handlungsverlauf Prozessmodelle zur Untersuchung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens im Kontext Fitnessstraining Strategien zum Aufbau und zur Aufrechterhaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils: Formulierung von individuellen Gesundheitszielen, Förderung der sozialen Unterstützung, Entwicklung von Verhaltensplänen, Identifikation von Barrieren und Barrieremanagement, Selbstbeobachtung des eigenen Gesundheitsverhaltens, Maßnahmen zur Unterstützung der Beibehaltung des neuen Gesundheitsverhaltens (Booster), Förderung von Compliance, Rückfallprophylaxe 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
<p>Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:</p>	<p>Bestehen der Prüfungsleistung</p>
<p>Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
<p>Verwendbarkeit des Moduls:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Psychologie und Pädagogik • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining
<p>Grundlagenliteratur:</p>	<p>Bay, R.H. (2014). <i>Erfolgreiche Gespräche durch aktives Zuhören</i> (8. Aufl.). Ehnigen: expert Verlag.</p> <p>Braun, R., Gawalas, H., Schmalz, A. & Dauz, E. (2004). <i>Die Coaching-Fibel</i>. Wien: Linde International.</p> <p>De Shazer, S. (2010). <i>Worte waren ursprünglich Zauber. Von der Problemsprache zur Lösungssprache</i>. Heidelberg: Auer.</p> <p>Faltermaier, T. (2017). <i>Grundriss der Psychologie: Gesundheitspsychologie</i> (2. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.</p> <p>Fischer-Epe, M. (2011). <i>Coaching: Miteinander Ziele erreichen</i> (6. Aufl.). Hamburg: Rowohlt.</p> <p>Fuchs, R., Göhner, W. & Seelig, H. (2007). <i>Aufbau eines körperlich-aktiven Lebensstils</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Göhner, W. & Fuchs, R. (2007). <i>Änderung des Gesundheitsverhaltens. MoVo-Gruppenprogramme für körperliche Aktivität und gesunde Ernährung</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Haeske, U. (2010). <i>Kommunikation mit Kunden</i> (3. Aufl.). Berlin: Cornelsen.</p> <p>Heckhausen, J. & Heckhausen, H. (2010). <i>Motivation und Handeln</i> (4. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Lippmann, E. (2013). <i>Coaching. Angewandte Psychologie für die Beratungspraxis</i> (3. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Mayer, J. (2001). <i>Mentales Training – ein salutogenes Therapieverfahren zur Bewegungsoptimierung</i>. Hamburg: Dr. Kovac.</p> <p>Myers, D.G. (2014). <i>Psychologie</i> (3. Aufl.). Heidelberg: Springer.</p> <p>Pahmeier, I. (1994). Drop-out und Bindung im Breiten- und Gesundheitssport. Günstige und ungünstige Bedingungen für eine Sportpartizipation. <i>Sportwissenschaft, 24</i>, 117-150.</p> <p>Rauen, C. (2014). <i>Coaching</i> (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Rheinberg, F. & Vollmeyer, R. (2011). <i>Grundriss der Psychologie: Motivation</i> (8. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.</p> <p>Schreyögg, A. (2012). <i>Coaching: Eine Einführung für Praxis und Ausbildung</i> (7. Aufl.). Frankfurt a.M.: Campus.</p> <p>Schulz von Thun, F. (2010). <i>Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen: Allgemeine Psychologie der Kommunikation</i> (48. Aufl.). Hamburg: Rowohlt.</p> <p>Schulz von Thun, F. (2010). <i>Miteinander reden 2: Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung: Differentielle Psychologie der Kommunikation</i> (32. Aufl.). Hamburg: Rowohlt.</p>

	<p>Schulz von Thun, F. (2013). <i>Miteinander reden 3: Das „innere Team“ und situationgerechte Kommunikation</i> (25. Aufl.). Hamburg: Rowohlt.</p> <p>Schwarzer, R. (2004). <i>Psychologie des Gesundheitsverhaltens</i> (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Weber, W. (2012). <i>Wege zum helfenden Gespräch. Gesprächspsychotherapie in der Praxis</i> (12. Aufl.). München: Reinhardt.</p> <p>Wirth, B. (2010). <i>Alles über Menschenkenntnis, Charakterkunde und Körpersprache: Von der Kunst mit Menschen richtig umzugehen</i> (8. Aufl.). Heidelberg: mvg.</p>
--	--

4.2 Fitnessmarkt (fimt)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können Sie die historische Entwicklung des Fitnessmarktes skizzieren, • sind Sie in der Lage, den Begriff Fitnessökonomie zu erläutern, • können Sie die konstitutiven Entscheidungen, die Fitnessanbieter treffen müssen voneinander abgrenzen, • können Vor- und Nachteile von Franchise-Systemen abwägen, • sind Sie in der Lage die Branchenstruktur zu beschreiben, • sind in der Lage, eine Ressourcenanalyse durchzuführen, • können aktuelle Entwicklungen und Trends im Fitnessmarkt beschreiben und herausfinden, wie damit idealerweise umgegangen wird, • können verschiedene Wettbewerbsstrategien vergleichen und erkennen, welche Wettbewerbsstrategie ein Unternehmen verfolgt, • sind in der Lage das Ecosystem der Fitnessbranche darzustellen und dessen Wettbewerbskräfte zu identifizieren. • sind in der Lage, über die wesentlichen Markt- und Branchendaten des Fitnessmarktes zu diskutieren. • können die wichtigsten Grundlagen zu der DIN EN 17229 und DIN 33961 erklären und sind in der Lage die Forderungen der Zertifizierung nach DIN EN 17229 und DIN 33961 anzuwenden, • sind in der Lage, eine Personaleinsatzplanung zu erstellen, • können die Mediadaten ausgewählter Werbeträger der Fitnessbranche einschätzen, • können problemorientiert Denken und Lösungsstrategien ableiten. • können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Historische Entwicklung des Fitnessmarktes: Vom historischen Ursprung der Fitness-Studios bis heute; Bedeutung von Fitness in der Gesellschaft • Verständnis und Bedeutung der Fitnessökonomie: Begriff „Fitnessökonomie“; Sportsatellitenkonto; theoretische Betrachtung des Fitnessmarktes; Theoriegerüst der Fitnessökonomie; neue Institutionenökonomie im Fitnesssport; Emotionsmanagement im Sport • Einführung in den Fitnessmarkt: Grundlagen der Marktlehre; Anbieter und Nachfrager von fitness; konstitutive Entscheidungen von Fitnessanbietern; ausgewählte Methoden und Instrumente der Marktanalyse • Das Fitness-Ecosystem: Erster Fitnessmarkt, zweiter Fitnessmarkt, dritter Fitnessmarkt 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	

Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnessstraining • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt "Management" B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Bea, F. X. & Haas, J. (2019). Strategisches Management (UTB, Bd. 8498, 10., überarbeitete Auflage). Stuttgart: UTB GmbH; UVK Verlag.</p> <p>BSA-Zert (2020). Zertifizierung für Fitnessstudios. Online verfügbar unter https://www.bsa-zert.de/dienstleistungszertifizierung/zertifizierung-fuer-fitnessstudios/, zuletzt geprüft am 03.08.2020.</p> <p>Daumann, F. (2023). Grundlagen der Sportökonomie (utb Sport- und Wirtschaftswissenschaften, Bd. 3184, 4., überarbeitete und erweiterte Auflage). München: UVK Verlag; Narr Francke Attempto GmbH + Co. KG.</p> <p>Deloitte (2019): European Health & Fitness Market. Unter Mitarbeit von H. Rutgers und K. Hollasch. Hg. v. EuropeActive.</p> <p>Deutsches Institut für Normung e. V. (2013). Qualität im Fitness-Studio. Online verfügbar unter https://www.din.de/de/din-und-seine-partner/presse/mitteilungen/qualitaet-im-fitness-studio-97346, zuletzt geprüft am 03.08.2020.</p> <p>DSSV Arbeitgeberverband Deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen (DSSV Arbeitgeberverband Deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen, Hrsg.). (2024). Eckdaten der Deutschen Fitnesswirtschaft 2024.</p> <p>Macharzina, K. & Wolf, J. (2023). Unternehmensführung. Das internationale Managementwissen. Konzepte – Methoden – Praxis (12., überarbeitete und erweiterte Auflage). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>IHRSA (2019): The 2019 IHRSA Global Report. The state of the health club industry. Online verfügbar unter https://www.ihrsa.org/publications/the-2019-ihrsa-global-report, zuletzt geprüft am 03.08.2020.</p> <p>Thommen, J.-P., Achleitner, A.-K., Gilbert, D. U., Hachmeister, D., Jarchow, S. & Kaiser, G. (2023). Allgemeine Betriebswirtschaftslehre. Umfassende Einführung aus managementorientierter Sicht (Lehrbuch, 10., überarbeitete und aktualisierte Auflage). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Welge, M. K., Al-Laham, A. & Eulerich, M. (2024). Strategisches Management. Grundlagen – Prozess – Implementierung (8., überarbeitete und erweiterte Auflage). Wiesbaden: Springer Gabler.</p>

4.3 Trainingslehre II (t2) –Ausdauertraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Ausdauertraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. können geeignete Verfahren der Ausdauerleistung auswählen, diese in der Praxis umsetzen und die Testergebnisse interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Ausdauerleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. können mit ihren Klienten realistische und quantifizierbare Trainingsziele definieren, um eine Motivationsgrundlage für das Training zu schaffen. sind in der Lage, geeignete Ausdauertrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. können die verschiedenen Trainingsbereiche des Ausdauertrainings berücksichtigen, um ihre Kunden entsprechend ihrem Leistungs- und Gesundheitslevel zu belasten. sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das Ausdauertraining zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. können Bewegungsformen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Ausdauertrainingsplanung zu treffen. können Bewegungsinstruktionen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Bewegungsformen zu ermöglichen. können Ausdauertrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen planen, diese in der Praxis umsetzen und die Trainingseffekte evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Ausdauertrainingspraxis abzuleiten. können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings abzuleiten. können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen. 	

<p>Studieninhalte:</p>	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die motorischen Fähigkeiten Ausdauer (Arten, Einflussfaktoren) • Trainingssteuerung im Ausdauertraining • Leistungsdiagnostik – ausgewählte Ausdauertests • Belastungsformen im Ausdauertraining • Trainingsplanung und Belastungssteuerung im Ausdauertraining <p>Medizin (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsinduzierte physiologische Anpassungsprozesse durch Ausdauertraining • Analyse von Bewegungsformen unter funktionell-anatomischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl in der Ausdauertrainingsplanung • Ausdauertrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen <p>Pathologie/Pathophysiologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining bei internistischen Erkrankungen (Adipositas, Fettstoffwechselstörungen, arterieller Hypertonie, Typ 2 Diabetes, COPD) • Ausdauertraining bei orthopädischen Erkrankungen Arthrose, chronische Polyarthrit, Osteoporose, Low back pain <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Unterweisung in die Belastungsformen im Ausdauertraining • Analyse von Bewegungsformen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Auswahl in der Ausdauertrainingsplanung • Kundenmotivation und Bindung an die sportliche Aktivität im Ausdauertraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Ausdauertraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauer-testverfahren, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im Ausdauertraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer- Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung relevanter Ausdauer-testverfahren und Ableitung geeigneter Trainingsintensitäten - Eigenrealisation und Anleitung zielgruppenspezifischer Belastungsformen - Eigenrealisation und Anleitung der Ausdauertrainingsmethoden
<p>Studienform:</p>	<p>duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung</p>
<p>Art der Lehrveranstaltung:</p>	<p>Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)</p>
<p>Lernformen:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen

	<ul style="list-style-type: none"> • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Training“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>American College of Sports Medicine – ACSM (2013). <i>ACSM’s guidelines for exercise testing and prescription</i> (9. ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.</p> <p>Eisenhut, A. & Zintl, F. (2013). <i>Ausdauertraining. Grundlagen – Methoden – Trainingssteuerung</i> (8. Aufl.). München: BLV.</p> <p>Grosser, M. Starischka, S. & Zimmermann, E. (2012). <i>Das neue Konditionstraining</i> (11. Aufl.). München: BLV.</p> <p>Hottenrot, K. (2006). <i>Trainingskontrolle mit Herzfrequenz-Messgeräten</i>. Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Hottenrot, K. & Neumann, G. (2010). <i>Methodik des Ausdauertrainings. Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport</i> (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>Hydren, J. R. & Cohen, B. S. (2015). Brief review: Current scientific evidence for a polarized cardiovascular endurance training model. <i>Journal of Strength and Conditioning Research</i>, 29 (12), 3523-3530.</p> <p>Marquardt, M. (2017). <i>Die Laufbibel</i> (17. Auflage). Hamburg: spomedis.</p> <p>Muster, M., Zielinski, R. & Meyer, K. (2006). <i>Bewegung und Gesundheit: Gesicherte Effekte von körperlicher Aktivität und Ausdauertraining</i>. Darmstadt: Steinkopff.</p> <p>Neumann, G., Pfützner, A. & Berbalk, A. (2013). <i>Optimiertes Ausdauertraining</i> (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>NSCA & Reuter, B. (2012). <i>Developing endurance</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Reim, F. (2001). <i>Kardiopulmonale, metabolische und subjektive Beanspruchung beim gesundheitsorientierten Ausdauertraining an unterschiedlichen Indoor-Cardiogeräten</i>. Aachen: Shaker.</p> <p>Rost, R. (2005). <i>Sport und Bewegungstherapie bei inneren Krankheiten</i> (3. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.</p>

4.4 Gruppentraining II (g2) – Kraft- und ausdauerorientierte Programme

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten (Bewegungsfeld Gruppentraining). können ausgewählte kraftorientierte Gruppentrainingsangebote planen, diese in der Praxis umsetzen, kundenorientiert instruieren und evaluieren. sind in der Lage, funktionelle Kräftigungsübungen und deren Variationen u.a. unter Einsatz von spezifischem Equipment im Rahmen eines Gruppenfitnesskurses vorbildlich zu demonstrieren. sind in der Lage, ausgewähltes Equipment im kraftorientierten Gruppentrainingsbereich sicher, fachgerecht, zielgruppen- und zielorientiert einzuplanen und einzusetzen. sind in der Lage, funktionsgymnastische Kräftigungsübungen, u.a. unter Einsatz von Kleingeräten, unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren und zu variieren sowie Fehler bei der Ausführung zu korrigieren und Belastungsintensitäten anzupassen, um den Teilnehmern im Rahmen eines Gruppenfitnesskurses ein sicheres und effektives Training zu gewährleisten. können das kraftorientierte Gruppentrainingsangebot bei einem Anbieter von Bewegungsprogrammen konzipieren und organisieren. können ausgewählte ausdauerorientierte Gruppentrainingsangebote planen, diese in der Praxis umsetzen, kundenorientiert instruieren und evaluieren. sind in der Lage, spezielle Bewegungsabläufe und deren Variationen aus ausgewählten ausdauerorientierten Gruppentrainingsangeboten im Rahmen eines Gruppenfitnesskurses vorbildlich zu demonstrieren. sind in der Lage, Schritte und Bewegungsmuster im Rahmen von ausgewählten ausdauerorientierten Gruppentrainingsangeboten, unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren, zu variieren und Fehler bei der Ausführung zu korrigieren sowie Belastungsintensitäten zu variieren und anzupassen, um den Teilnehmern im Rahmen eines Gruppenfitnesskurses ein sicheres und effektives Training zu gewährleisten. können das ausdauerorientierte Gruppentrainingsangebot bei einem Anbieter von Bewegungsprogrammen konzipieren und organisieren. können sowohl individuell als auch im Kollektiv Lösungsstrategien zu Fragestellungen im Themenbereich entwickeln, diese präsentieren und zur Diskussion stellen, um ihr problemorientiertes Denken zu schärfen. 	
Studieninhalte:	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ausdauertraining in der Gruppe 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Belastungssteuerung in ausdauerorientierten Gruppentrainingsangeboten • Abgrenzung des Krafttrainings in der Gruppe vom individuell durchgeführten Krafttraining • Belastungssteuerung in kraftorientierten Gruppentrainingsangeboten <p>Pädagogik/Psychologie (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik und Methodik ausgewählter Angebote im ausdauer- und kraftorientierten Gruppentraining • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität im Gruppentraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Gruppentraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - klassische ausdauerorientierte Angebote im Gruppentrainingsbereich - gerätegestützte Angebote im ausdauerorientierten Gruppentraining - ausgewählte Outdoor-Angebote im ausdauerorientierten Gruppentraining - Krafttraining in der Gruppe - Lehrproben (Kommunikation Trainer – Gruppe) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung klassischer und gerätegestützter Angebote im ausdauerorientierten Gruppentraining - Eigenrealisation und Anleitung von Outdoor-Angeboten im ausdauerorientierten Gruppentraining - Eigenrealisation und Anleitung kraftorientierter Angebote im Gruppentraining
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrprobe (Video mit schriftlicher Ausarbeitung; Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Gruppentraining“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining

Grundlagenliteratur:	<p>Boyle, M. (2011). <i>Fortschritte im Functional Training. Neue Trainingstechniken für Trainer und Athleten</i>. München: Riva.</p> <p>Haberlandt, A. & Holst, I. (2017). <i>Groupfitness. Workout Basics & Variationen</i>. Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Haberlandt, A. & Holst, I. (2022). <i>Groupfitness. Cardio Basics & Variationen</i>. Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Kempf, H.-D. (Hrsg.) (2014). <i>Funktionelles Training mit Hand- und Kleingeräten</i>. Heidelberg: Springer.</p> <p>Lange, H. (2006). <i>Optimales Walking. Der Weg zu einem stimmigen Trainingskonzept und seine Anwendung in der Praxis</i>. Balingen: Spitta.</p> <p>Oelmann, J. & Wollschläger, I. (2013). <i>Aquafitness Basics</i> (2. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Pahmeier, I. & Niederbäumer, C. (2014). <i>Step-Aerobic für Fitness und Gesundheit in Studio, Verein und Schule</i> (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Pramann, U. (2014). <i>Nordic Walking für Einsteiger: Technik – Ausrüstung – Ernährung – Trainingspläne</i>. München: Südwest.</p> <p>Rudack, P., Kilch, K., Fromme, A., Mooren, F. C., Thorwesten, L. & Völker, K. (2001). Belastungscharakteristika des Indoor-Cyclings als Fitness-Angebot. <i>Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin</i>, 52 (7/8), 96.</p> <p>Rühl, J. & Laubach, V. (2012). <i>Funktionelles Zirkeltraining</i> (2. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Slomka, G. (2015). <i>Das neue Aerobic-Training</i> (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Wüpper, C., Schulte, A. & Hillmer-Vogel, U. (2005). Energieumsatz beim Walking im Feld-Test – Ein Vergleich zwischen Walking und Nordic Walking. <i>Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin</i>, 56 (7/8), 249.</p>
----------------------	---

4.5 Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre (gbwl)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, die volks- und betriebswirtschaftlichen Grundlagen zu skizzieren. • können die Grundzüge der Unternehmensführung sowie des Managementprozesses, insbesondere im Bereich der Zielsetzung und der konstitutiven Entscheidungen, darstellen. • können grundlegende Zusammenhänge in den Themenfeldern „Organisation“ und „Personalmanagement“ sowie arbeitsrechtliche Grundlagen beschreiben. • können die Grundzüge des betrieblichen Rechnungswesens sowie steuerliche Grundlagen beschreiben. • sind in der Lage, die Grundlagen des Controllings und die Anwendung wesentlicher Kennzahlen im Unternehmen darzustellen. • können grundlegende unternehmerische Entscheidungen im Rahmen der Themenfelder „Unternehmensführung“, „Organisation“ sowie „Personalmanagement“ treffen. • können die Regeln der ordnungsgemäßen Buchführung anwenden sowie kontrollieren und den Jahresabschluss nach dem HGB aufstellen. • sind in der Lage, verschiedene Controllinginstrumente anzuwenden, die dadurch gewonnenen Informationen zu analysieren und entsprechende betriebliche Entscheidungen abzuleiten. • können problemorientiert denken und Lösungsstrategien ableiten. • können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Ökonomie: Volks- und Betriebswirtschaftslehre, Grundlage des Wirtschaftens, Träger der Wirtschaft • Betriebswirtschaftliche Grundlagen: Betriebswirtschaftliche Produktionsfaktoren, Güter- und finanzwirtschaftlicher Umsatzprozess • Grundlagen der Unternehmensführung: Prozess der Unternehmensführung, Zielsetzung, Planung, Entscheidung, Durchführung, Kontrolle, Koordination • Organisation: Organisationsbegriff, Aufbauorganisation, Ablauforganisation • Personalmanagement: Begriff und Bedeutung des Personalmanagements, Ziele und Aufgabenfelder, Kontextfaktoren und Folgen für das Personalmanagement, Ebenen im Personalmanagement, Personalmanagementfelder • Grundlagen des Rechnungswesens: Begriff und Zweck des Rechnungswesens, Adressaten und Teilgebiete des Rechnungswesens, Finanzrechnung, Finanzierungsrechnung, Jahresabschluss, Kosten- und Erlösrechnung • Externes Rechnungswesen: Rechtliche Grundlagen der Buchführung, Grundlagen des Jahresabschlusses, Inventur und Bilanz, Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung, Anhang und Lagebericht, Buchführung 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Internes Rechnungswesen: Ziele der Kosten- und Erlösrechnung, Begriffe der Kosten- und Erlösrechnung, Arten der Kostenrechnung, Controlling • Steuern: Steuerbegriff, steuerliche Gewinnermittlung, Steuerarten
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie • Pflichtmodul B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Bardmann, M. (2019). <i>Grundlagen der Allgemeinen Betriebswirtschaftslehre</i>. Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Buchholz, R. (2019). <i>Grundzüge des Jahresabschlusses nach HGB und IFRS. Mit Aufgaben und Lösungen</i>. 10., komplett überarbeitete Aufl. München: Vahlen (Vahlens Lernbücher Rechnungslegung International Financial Reporting Standards Lehrbuch).</p> <p>Grefe, C. (2020). <i>Bilanzen</i>. 10., aktualisierte Aufl. Herne: Kiehl (Kompakt-Training praktische Betriebswirtschaft).</p> <p>Horváth, P. (2019). <i>Controlling</i>. 14. Aufl. München: Vahlen.</p> <p>Klunzinger, E. (2011). <i>Grundzüge des Handelsrechts</i>. 14. überarbeitete Aufl. München: Vahlen (Vahlens Lernbücher).</p> <p>Meyer, J. (2011). <i>Handelsrecht. Grundkurs und Vertiefungskurs</i>. 2. Aufl. Heidelberg: Springer (SpringerLink: Bücher).</p> <p>Opresnik, M. & Rennhak, C. (2012). <i>Grundlagen der Allgemeinen Betriebswirtschaftslehre. Eine Einführung aus marketingorientierter Sicht</i>. Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Scholz, C. (2019). <i>Grundzüge des Personalmanagements</i>. 3. Aufl. München: Vahlen.</p> <p>Wöhe, G. & Döring, U. (2023). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (28. Aufl.). München: Vahlen.</p>

4.6 Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • können empirische Studien in einem kleineren Umfang eigenständig durchführen und auswerten. • können Forschungsprojekte erstellen. • können Untersuchungspläne erstellen. • sind in der Lage, Erhebungsinstrumente zu entwickeln und einzusetzen, • sind in der Lage, statistische Verfahren anzuwenden und deren Ergebnisse zu interpretieren. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Erstellung von Untersuchungsplänen und Umgang mit Erhebungsinstrumenten • Grundlagen der Statistik, ausgewählte statistische Prüfverfahren • Aufbereitung und Analyse sowie Interpretation von Daten 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Projektarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	
Grundlagenliteratur:	Beller, S. (2026). <i>Empirisch forschen lernen – Konzepte, Methoden, Fallbeispiele, Tipps</i> (3. Aufl.). Bern: Huber. Bortz, J. & Schuster C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer.	

-
- Döring, N. & Bortz, J. (2015). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Aufl.). Berlin: Springer.
- Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Sarris, V. & Reiss, S. (2005). *Kurzer Leitfaden der Experimentalpsychologie*. München: Pearson Studium - IT.
- Schnell, R., Hill, P. B., & Esser, E. (2013). *Methoden der empirischen Sozialforschung* (10. Aufl.). München: Oldenbourg.
- Sedlmeier, P., Renkewitz, S. (2013). *Forschungsmethoden und Statistik in der Psychologie* (2. Aufl.). München: Pearson Studium - IT.
-

5 Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Trainingslehre III – Beweglichkeits- und Koordinationstraining	5. + 6.	10	3	HA
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Gruppentraining III – Präventions- und koordinationsorientierte Programme		10	4	LP
Kommunikation und Präsentation		10	3	PRÄ
Trainingslehre IV – Rehabilitatives Training		10	3	KL
Trainingslehre V – Leistungsorientiertes Training		10	3	HA
insgesamt		60	19	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

HA = Hausarbeit	KL = Klausur	LP = Lehrprobe	PRÄ = Präsentation
-----------------	--------------	----------------	--------------------

5.1 Trainingslehre III (t3) –Beweglichkeits- und Koordinationstraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Beweglichkeits- und Koordinationstraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. sind in der Lage, geeignete Verfahren der Beweglichkeits- und Koordinationstestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die individuelle Leistungsfähigkeit mit Referenzwerten zu vergleichen und um Beweglichkeits- und Bewegungsdefizite zu identifizieren. können mit ihren Klienten realistische und quantifizierbare Trainingsziele definieren, um eine Motivationsgrundlage für das Training zu schaffen. können geeignete Trainingsmethoden für das Beweglichkeits- und Koordinationstraining auswählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umsetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. können adäquate Trainingsinterventionen bei vorliegenden Beweglichkeits- und Koordinationsdefiziten auswählen, um diese zu beheben oder zu kompensieren. sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das Beweglichkeits- und Koordinationstraining zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. können Trainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Trainingsplanung des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings zu treffen. können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Trainingsübungen zu ermöglichen. sind in der Lage, Beweglichkeits- und Koordinationstrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen zu planen, diese in der Praxis umzusetzen und die Trainingseffekte zu evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Beweglichkeits- und Koordinationstrainingspraxis abzuleiten. können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings abzuleiten. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings erstellen und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
<p>Studieninhalte:</p>	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Physiologische Grundlagen des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings • Die motorische Fähigkeit Beweglichkeit (Definition, Einflussfaktoren) • Ausgewählte Verfahren zur Testung der Beweglichkeit • Methodik des Beweglichkeitstrainings • Kritische Betrachtung ausgewählter theoretischer Dehneffekte • Die motorische Fähigkeit Koordination (Definition, Subformen) • Bewegungskoordination und motorischer Lernprozess • Methodik des Koordinationstrainings • Koordinationstraining im Fitness- und Gesundheitssport: Propriozeptives Training, koordinativ-integratives Training <p>Medizin (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Physiologische Grundlagen des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings (anatomische Einflussgrößen, neurophysiologische Aspekte und Reflexe) • Analyse von Trainingsübungen unter funktionell-anatomischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl für die Planung des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings <p>Pathologie/Pathophysiologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beweglichkeitsdefizite in der Rehabilitation (Ursachen, Diagnostik und Therapiemöglichkeiten) <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Übungsunterweisung im Beweglichkeits- und Koordinationstraining • Analyse von Trainingsübungen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl • Methodische Übungsreihen, Fehlerkorrekturen, Hilfestellungen im Beweglichkeits- und Koordinationstraining • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität im Beweglichkeits- und Koordinationstraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Beweglichkeits- und Koordinationstraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Beweglichkeits- und Koordinationstests, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im Beweglichkeits- und Koordinationstraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer – Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung Beweglichkeits- und Koordinationstest - Eigenrealisation und Anleitung Trainingsmethoden im Beweglichkeits- und Koordinationstraining - Eigenrealisation und Anleitung zielgruppenspezifischer Beweglichkeits- und Koordinationsprogramme in Prävention und Rehabilitation

Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Sport- und Bewegungstherapie • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Training“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Albrecht, K. & Meyer, S. (2010). <i>Stretching und Beweglichkeit: Das neue Expertenhandbuch</i> (2. Aufl.). Stuttgart: Haug.</p> <p>Alter, M. J. (2004). <i>Science of flexibility</i> (3. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Chwilkowski, C. (2006). <i>Medizinisches Koordinationstraining</i> (2. Aufl.). Köln: Deutscher Trainer-Verlag.</p> <p>Cook, G., Burton, L., Kiesel, K., Rose, G. & Bryant, M. F. (2010). <i>Movement. Functional Movement Systems: Screening – Assessment – Corrective Strategies</i>. Santa Cruz, CA: On Target Publications.</p> <p>Freiwald, J. (2013). <i>Optimales Dehnen</i> (2. Aufl.). Balingen: Spitta.</p> <p>Fröhlich, M., Weirich, D., Hartmann, F., Klein, M. & Eifler, C. (2013). <i>Koordinationsschulung und Koordinationstraining mit dem Swissball</i>. Marburg: Tectum.</p> <p>Häfelinger, U. & Schuba, V. (2013). <i>Koordinationstherapie – Propriozeptives Training</i> (6. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Meinel, K, Schnabel, G. & Krug, J. (2014). <i>Bewegungslehre – Sportmotorik</i> (12. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Neumeier, A. (2009). <i>Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen, Analyse, Methodik (Training der Bewegungskoordination)</i> (3. Aufl.). Köln: Sportverlag Strauß.</p>

5.2 Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, den Prozess der Planung, Koordination, Durchführung und Kontrolle der Marketingaktivitäten zu beschreiben. • können ausgewählte Erklärungsansätze des Käuferverhaltens darstellen und die Entstehung einer Nachfrage beschreiben sowie Ansatzpunkte für gezielte Marketingmaßnahmen daraus ableiten. • sind in der Lage, verschiedene Marketingstrategien zu differenzieren und deren Anwendungsmöglichkeiten zu beurteilen. • sind in der Lage, im Rahmen des zielgruppenorientierten Marketings Marktsegmentierungen durchzuführen und unterschiedliche Zielgruppen, den Zielmarkt sowie die Positionierung eines Unternehmens am Markt zu bestimmen. • können zwischen unterschiedlichen Arten von Kooperationen differenzieren und Schlussfolgerungen ziehen, welche der Möglichkeiten am besten zu den Unternehmenszielen passen. • sind in der Lage, Pläne für den optimalen Marketing-Mix und für die Gestaltung ausgewählter Kommunikationsmaßnahmen zu entwickeln, indem sie die verschiedenen marketingpolitischen Instrumente situationspezifisch anwenden. • können ausgewählte Methoden der Preisfindung anwenden. • können die Teilbereiche und Wirkungen der Corporate Identity erklären und die Corporate Identity bei der Konzeption und Umsetzung der Werbemittelgestaltung berücksichtigen. • können die verschiedenen Instrumente der Kommunikationspolitik zielgruppen- sowie situationsadäquat einsetzen, um neue Kunden zu aktivieren. • sind in der Lage, verschiedene Instrumente des Online- und Social Media Marketings zu differenzieren, anhand ausgewählter Kriterien auf ihre unternehmensindividuelle Eignung zu beurteilen. • können die Kerninhalte der Markenführung beschreiben und unter Abwägung der jeweiligen Vor- und Nachteile eine geeignete Markenstrategie auswählen. • können lösungsorientiert denken und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in das Marketing: Begriffsdefinition, Marketing als Unternehmens- und als Führungsfunktion, Ziele und Aufgaben, Grundlagen des Dienstleistungsmarketings, Marketingprozess, Erklärungsansätze des Käuferverhaltens • Marketingstrategien: Marktsegmentierungsstrategien, Wettbewerbsstrategien, Leistungs-/Marktstrategien, Positionierung und USP 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Kooperationen, Allianzen und Netzwerke: Bedeutung von Kooperationen, Grundlagen von Kooperationen, Kooperationsformen, Kooperation in der Dienstleistung • Marketingpolitische Instrumente: Klassische marketingpolitische Instrumente (4P-Modell), marketingpolitische Instrumente im Dienstleistungsmarketing (7P-Modell), Marketing-Mix • Corporate Identity: Grundlagen der CI, Teilbereiche der CI, Wirkungen der CI • Instrumente der Kommunikationspolitik: Werbung, Direktmarketing, Verkaufsförderung, persönlicher Verkauf, Öffentlichkeitsarbeit, Sponsoring, Eventmarketing, Product Placement, digitale Kommunikation • Grundlagen der Werbemittelgestaltung: Copy-Strategie und Briefing, Elemente der Werbemittelgestaltung, Wiederholung der Werbebotschaft, Einhaltung sozialer und gesetzlicher Standards • Marken: Definitionen und Ausprägungen, Markenführung, Markenmanagement, Erscheinungsformen der Marke, Abgrenzung der Brand Identity von der Corporate Identity, integrierte Kommunikation
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie: Teilmodul des Modulverbunds „Marketing“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Bruhn, M. (2022). <i>Marketing. Grundlagen für Studium und Praxis</i> (15., aktualisierte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Esch, F.-R. (2019). Aufbau starker Marken durch integrierte Kommunikation. In F. R. Esch (Hrsg.), <i>Handbuch Markenführung</i> (S. 910–938). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Kreutzer, R. (2022). <i>Praxisorientiertes Marketing. Grundlagen – Instrumente - Fallbeispiele</i>. (6. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Kroeber-Riel, W. & Gröppel-Klein, A. (2019). <i>Konsumentenverhalten</i>. (11., vollständig überarbeitete, aktualisierte und ergänzte Aufl.). München: Vahlen.</p> <p>Meffert, H., Burmann, C., Kirchgeorg, M. & Eisenbeiß, M. (2019). <i>Marketing. Grundlagen marktorientierter Unternehmensführung</i> (13., überarbeitete und</p>

	<p>erweiterte Aufl.). Konzepte - Instrumente - Praxisbeispiele. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Pepels, W. (2016). <i>Handbuch des Marketing</i> (7., überarbeitete und erw. Aufl.). München: Oldenbourg.</p> <p>Riedel, A. & Michelis, D. (2023). <i>Die vernetzten Konsument*innen. Grundlagen des Marketing im Zeitalter partizipativer Unternehmensführung</i>. (2., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Sander, M. (2019). <i>Marketing-Management. Märkte, Marktforschung und Marktbearbeitung</i>. (3. Überarbeitete und erweiterte Aufl.). München (UVK).</p>
--	--

5.3 Gruppentraining III (g3) – Präventions- und koordinationsorientierte Programme

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten (Bewegungsfeld Gruppentraining). können präventions- und koordinationsorientierte Gruppentrainingsangebote planen, umsetzen, kundenorientiert instruieren und evaluieren. können ausgewähltes im präventions- und koordinationsorientierten Gruppentraining eingesetztes Equipment fachgerecht, sicher und zielgruppenorientiert in die Planung und Umsetzung von entsprechenden Gruppentrainingsangeboten einbeziehen, um die speziellen Ziele dieser Angebote zu erreichen. sind in der Lage, spezielle Bewegungsabläufe, Übungen und deren Variationen, u. a. unter Einsatz von spezifischem Equipment, selbst technisch korrekt auszuführen, um diese im Rahmen eines Gruppenfitnesskurses vorbildlich zu demonstrieren. sind in der Lage, spezielle Übungen, u. a. unter Einsatz von Kleingeräten, unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren und zu variieren sowie Fehler bei der Ausführung zu korrigieren und Belastungsintensitäten anzupassen, um den Teilnehmern im Rahmen eines präventions- bzw. koordinationsorientierten Gruppenfitnesskurses ein sicheres und effektives Training zu gewährleisten. können das präventions- und koordinationsorientierte Gruppentrainingsangebot bei einem Anbieter von Bewegungsprogrammen konzipieren und organisieren. können sowohl individuell als auch im Kollektiv Lösungsstrategien zu Fragestellungen im Themenbereich entwickeln, diese präsentieren und zur Diskussion stellen, um ihr problemorientiertes Denken zu schärfen. 	
Studieninhalte:	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (3 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zusammenhänge zwischen sportlicher Aktivität und Gesundheit Belastungssteuerung im präventions- und koordinationsorientierten Gruppentraining <p>Medizin (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Gesundheitssport bei ausgewählten internistischen und orthopädischen Risiken und Erkrankungen Anatomisch-physiologische Grundlagen des Faszientrainings <p>Pädagogik/Psychologie (3 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Didaktik/Methodik im präventions- und koordinationsorientierten Gruppentraining 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihen, Fehlerkorrekturen, Hilfestellungen im präventions- und koordinationsorientierten Gruppentraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Gruppentraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Angebote der funktionellen Gymnastik - propriozeptiv ausgerichtete Angebote - ausgewählte Angebote aus dem Bereich Body & Mind - Faszientraining in der Gruppe - Lehrproben (Kommunikation Trainer – Gruppe) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung ausgewählter Angebote im präventions- und koordinationsorientierten Gruppentraining: Beweglichkeitstraining, Wirbelsäulengymnastik, Fitball, Flexi-Bar®, Balance Pad/Aero-Step, Body & Mind, Faszientraining <p>Grundlagen Gesundheitsförderung und Prävention (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit – Begriffsbestimmung und Definitionsansätze • Grundlegende Aspekte des Gesundheitssports • Spezifika des Gesundheitssports in der Gruppe • Grundlagen der Prävention • Präventionsprogramme nach §20 SGB V
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrprobe (Video mit schriftlicher Ausarbeitung; Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Gruppentraining“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining
Grundlagenliteratur:	Bauer, O. & Bauer, A. (2007). <i>Praxisbuch funktionelle Wirbelsäulengymnastik und Rückentraining: Teil 1: Mobilisation, Streckung und Stabilisation der Wirbelsäule</i> . Stuttgart: Neuer Sportverlag.

- Bauer, O. & Bauer, A. (2011). *Praxisbuch funktionelle Wirbelsäulengymnastik und Rückentraining: Teil 2: Übungen zur Kräftigung und Dehnung*. Stuttgart: Neuer Sportverlag.
- Bös, K. & Brehm, W. (Hrsg.). (2006). *Handbuch Gesundheitssport* (Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport, Bd. 120, 2., vollständig neu bearbeitete Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- GKV-Spitzenverband. (2021). *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V. Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI*. Berlin: GKV-Spitzenverband.
- Gottlob, A. (2013). *Differenziertes Krafttraining mit Schwerpunkt Wirbelsäule* (4. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Graves, J. & Franklin, B. (2001). *Resistance training for health and rehabilitation*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Häfelinger, U. & Schuba, V. (2013). *Koordinationstherapie – Propriozeptives Training* (6. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Kindermann, W., Dickhuth, H.-H., Niess, A., Röcker, K. & Urhausen, A. (2003). *Sportkardiologie. Körperliche Aktivität bei Herzerkrankungen*. Darmstadt: Steinkopff.
- Moriabadi, U. (2009). *Für Yoga ist es nie zu spät*. München: BLV.
- Müller, P. E. (2000). *Entspannungstraining in der Rehabilitation*. Balingen: Spitta.
- Pfeifer, K. (2007). *Rückengesundheit. Grundlagen und Module zur Planung von Kursen*. Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.
- Schleip, R. (2014). *Faszien-Fitness: Vital, elastisch, dynamisch in Alltag und Sport*. München: Riva.
- Schönthaler, S. & Ohlendorf, K. (2002). *Biomechanische und neurophysiologische Veränderungen nach ein- und mehrfach seriell passiv-statischem Beweglichkeitstraining*. Köln: Sport & Buch Strauß.
- Slomka, G. (2014). *Faszien in Bewegung*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Vogt, L. & Töpfer, A. (2011). *Sport in der Prävention. Handbuch für Übungsleiter, Sportlehrer, Physiotherapeuten und Trainer* (3. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.

5.4 Kommunikation und Präsentation (kprae)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche Kompetenzen im Bereich Psychologie/Pädagogik zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können psychologische Theorien und Modelle der Kommunikation nennen und erklären. können die pädagogischen Prozesse und Ziele der Kommunikation nennen und erklären. können zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation unterscheiden. können mögliche Kommunikationsstörungen nennen und beschreiben. können die Begriffe Rhetorik und Dialektik erklären. sind in der Lage, eine Präsentation bzw. Rede aufzubauen, um dies praxisnah anzuwenden. sind in der Lage, verschiedene Visualisierungsmöglichkeiten unterschiedlich und sinnvoll einzusetzen. sind in der Lage, Rhetorikfiguren zur sprachlichen Verfeinerung einer Rede umzusetzen. sind in der Lage, mit Störungen und Angriffen umzugehen sowie Strategien gegen Lampenfieber in entsprechenden Situationen einzusetzen. sind in der Lage, ein Gespräch/einen Disput in unterschiedlichen Handlungsfeldern zu moderieren und ihr erworbenes Wissen und ihre Fähigkeiten zum Beraten und Verhandeln nutzen zu können. sind in der Lage, eine Argumentation/Diskussion in unterschiedlichen Handlungsfeldern zu führen. sind in der Lage, kunden- und klientenorientiert zu kommunizieren. 	
Studieninhalte:	<p>Psychologie und Pädagogik (8 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Psychologische Theorien und Modelle der Kommunikation in den Zukunftsfeldern Prävention, Gesundheit, Ernährung Fitness und Sport Personenwahrnehmung und Wahrnehmungsfehler Kommunikationsstil und Kommunikationsziel pädagogische Grundlagen, Methoden und Techniken wirkungsvoller Kommunikation Strukturierung von Gesprächen Methoden der Beratung und Verhandlung Kommunikationsstörungen Schwierige Gesprächssituationen <p>Präsentation und Moderation (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Aufbau einer Präsentation/Rede 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Visualisierung • Rhetorik, Dialektik und Argumentation • Manuskript und Teilnehmerunterlagen • Moderieren
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung:	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentationsanalyse (bestehend aus einer vorgegebenen Präsentation, die zu analysieren ist) • Dauer: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Psychologie und Pädagogik • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Anderson, C. (2018). <i>Ted Talks. The official TED guide to public speaking</i>. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.</p> <p>Braun, R. (2019). <i>Die Macht der Rhetorik. Besser reden - mehr erreichen</i> (Neuaufgabe, 4. Auflage). München: Redline Verlag.</p> <p>Danz, G. (2014). <i>Neu präsentieren. Begeistern und überzeugen mit den Erfolgsmethoden der Werbung</i> (2., aktualis. Aufl., neue Ausg.). Frankfurt am Main: Campus.</p> <p>Duarte, N. (2009). <i>Slide:ology oder die Kunst, brillante Präsentationen zu entwickeln</i> (1. Aufl.). Beijing: O'Reilly.</p> <p>Görgen, F. (2010). <i>Kommunikationspsychologie in der Wirtschaftspraxis</i>. München: De Gruyter.</p> <p>Hartmann, M., Funk, R. & Nietmann, H. (2018). <i>Präsentieren. Präsentationen: zielgerichtet, adressatenorientiert, nachhaltig</i> (10., überarbeitete Auflage). Weinheim: Beltz Verlagsgruppe.</p> <p>Hartmann, M., Rieger, M. & Funk, R. (2012). <i>Zielgerichtet moderieren. Ein Handbuch für Führungskräfte, Berater und Trainer</i> (Beltz Weiterbildung, 6. Aufl.). Weinheim: Beltz.</p> <p>Klebert, K., Schrader, E. & Straub, W. G. (2006). <i>Moderations-Methode. Das Standardwerk</i> (3. Aufl.). Hamburg: Windmühle-Verlag.</p> <p>Knapp, M. L., Hall, J. A. & Horgan, T. G. (2021). <i>Nonverbal communication in human interaction</i> (Ninth edition). Dubuque, Iowa: Kendall Hunt Publishing Company.</p> <p>Seifert, J. W. (2011). <i>Visualisieren Präsentieren Moderieren. Der Klassiker</i> (30., völlig überarb. Neuauf.). Offenbach: GABAL.</p>

5.5 Trainingslehre IV (t4) – Rehabilitatives Training

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Pathophysiologie, Ursachen, Symptome, Diagnosemöglichkeiten sowie therapeutische Behandlungsansätze zentraler Erkrankungs- und Verletzungsbilder des Bewegungssystems erklären. können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im rehabilitativen Training anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. können das Stufenmodell des muskulären Aufbautrainings in der Praxis des rehabilitativen Trainings umsetzen, um den Heilungsverlauf nach Abschluss einer medizinischen Heilbehandlung weiterhin zu forcieren. sind in der Lage, geeignete Verfahren der Funktionstestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die individuelle Leistungsfähigkeit mit Referenzwerten zu vergleichen und um Funktionsdefizite zu identifizieren. können geeignete Trainingsmethoden für das rehabilitative Training bei orthopädischen Indikationen auswählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umsetzen, um dadurch den Heilungsverlauf nach Abschluss einer medizinischen Heilbehandlung weiter zu forcieren. sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das muskuläre Aufbautraining bei orthopädischen Indikationen zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. können Trainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine Differenzierung in indizierte problemspezifische sowie kontraindizierte Übungen treffen zu können. können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der rehabilitativen Trainingsübungen zu ermöglichen. können rehabilitative Trainingsprogramme bei verschiedenen orthopädischen Indikationen planen, diese in der Praxis umsetzen und die Trainingseffekte evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Praxis des rehabilitativen Trainings abzuleiten. können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des rehabilitativen Trainings abzuleiten. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des rehabilitativen Trainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
<p>Studieninhalte:</p>	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten und Grenzen des rehabilitativen Trainings in kommerziellen Fitness- und Gesundheitseinrichtungen • Trainingssteuerung im rehabilitativ-orientierten muskulären Aufbautraining • Möglichkeiten der Funktionsdiagnostik des Bewegungssystems • Trainingsplanung im muskulären Aufbautraining bei ausgewählten Erkrankungs- und Verletzungsbildern des Bewegungssystems • Funktionelle Aspekte des rehabilitativen Krafttrainings <p>Medizin (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Physiologische Grundlagen des rehabilitativen Trainings • Immobilisationsfolgen und Trainingsanpassungen der aktiven und passiven Strukturen des Bewegungssystems • Grundlagen der Wundheilung <p>Pathologie/Pathophysiologie (1,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pathophysiologie, Ursachen, Symptome und Diagnosemöglichkeiten zentraler Erkrankungs-/Verletzungsbilder von Schultergelenk/Schultergürtel, Ellenbogen, Hüftgelenk, Kniegelenk und Sprunggelenk • Indikationen und Kontraindikationen für das rehabilitative Training bei ausgewählten Erkrankungs- und Verletzungsbildern des Bewegungssystems <p>Pädagogik/Psychologie (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung von Übungsunterweisungen im rehabilitativen Training unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte • Methodische Übungsreihen, Fehlerkorrekturen, Hilfestellungen im rehabilitativen Training • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität im rehabilitativen Training <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Krafttraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Funktionelle Untersuchung des Bewegungssystems - Durchführung eines rehabilitativen Trainings bei ausgewählten Erkrankungen des Bewegungssystems und Anwendung des Phasenmodells für das muskuläre Aufbautraining in der Rehabilitation - Analyse und indizierter und kontraindizierter Trainingsinhalte - Eigenrealisation problemspezifischer Übungen - Lehrproben (Kommunikation Trainer - Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung problemspezifischer Übungsprogramme bei für das muskuläre Aufbautraining zentraler Erkrankungs-/ Verletzungsbilder von Schultergelenk/Schultergürtel, Ellenbogen, Hüftgelenk, Kniegelenk und Sprunggelenk - Eigenrealisation und Anleitung methodischer Übungsreihen für das propriozeptive Training - Eigenrealisation und Anleitung arbeits- und sportartspezifischer Trainingsinhalte

Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Training“ im B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Bircher, S. & Bircher, S. K. (2014). <i>Medical Fitness. Indikationsbezogene Übungen</i> (3. Aufl.). Stuttgart: Haug.</p> <p>Buchbauer, J. & Steininger, K. (2016). <i>Funktionelles Kraftaufbautraining in der Rehabilitation. Komplette Trainingsprogramme</i> (7. Aufl.). München: Urban & Fischer.</p> <p>Diemer, F. & Sutor, V. (2011). <i>Praxis der medizinischen Trainingstherapie I. Lendenwirbelsäule, Sakroiliakgelenk und untere Extremität</i> (2. Aufl.). Stuttgart: Thieme.</p> <p>Diemer, F. & Sutor, V. (2010). <i>Praxis der medizinischen Trainingstherapie II. Halswirbelsäule und obere Extremität</i>. Stuttgart: Thieme.</p> <p>Fox, C. & Schmid, C. (2013). <i>Medizinische Trainingstherapie bei chronischen Schmerzen: Für den Alltag trainieren durch Training im Alltag</i>. München: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.</p> <p>Haber, P. (2009). <i>Leitfaden zur medizinischen Trainingsberatung. Rehabilitation bis Leistungssport</i> (3. Aufl.). Wien: Springer</p> <p>Imhoff, A. B., Beitzel, K., Stamer, K. & Klein, E. (2014). <i>Rehabilitation in der Orthopädischen Chirurgie</i> (2. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Kunz, M. & Karanikas, K. (2016). <i>Medizinisches Aufbautraining. Grundlagen – Indikationen – Klinische Anwendungen</i>. München: Urban & Fischer.</p> <p>Mc Gill, S. (2007). <i>Low back disorders. Evidence-based prevention und rehabilitation</i> (2. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Mewes, N., Reimers, C. D. & Knapp, G. (2015). <i>Prävention und Therapie durch Sport. Band 1: Grundlagen</i> (2. Aufl.). München: Urban & Fischer.</p> <p>Mooren, F., Knapp, G. & Reimers, C. D. (2016). <i>Prävention und Therapie durch Sport. Band 3: Orthopädie, Rheumatologie, Immunologie</i> (2. Aufl.). München: Urban & Fischer.</p>

5.6 Trainingslehre V (t5) – Leistungsorientiertes Training

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Trainingspläne ihrer Klienten in zeitlich terminierte Zyklen strukturieren und verschiedene Periodisierungsmodelle anwenden, um das Training zu systematisieren und dadurch die anvisierten Trainingsadaptationen in den vorgesehenen Zeitkorridoren zu erreichen. können Trainingssequenzen zur funktionellen Bewegungsvorbereitung erstellen und diese in der Trainingspraxis anwenden, um dadurch ihre Klienten auf nachfolgende hochintensive Trainingsbelastungen vorzubereiten. können Trainingsprogramme zur gezielten Optimierung der verschiedenen Komponenten der Schnelligkeit erstellen, diese in der Trainingspraxis umsetzen, um dadurch die motorische Leistungsfähigkeit ihrer Klienten zu verbessern. können Trainingsprogramme zur gezielten Optimierung der verschiedenen Komponenten der Kraftfähigkeit erstellen, diese in der Trainingspraxis umsetzen, um dadurch die motorische Leistungsfähigkeit ihrer Klienten zu verbessern. können Trainingsprogramme zur gezielten Optimierung der spezifischen funktionellen Ausdauer erstellen, diese in der Trainingspraxis umsetzen, um dadurch die motorische Leistungsfähigkeit ihrer Klienten zu verbessern. können Trainingsprogramme zur gezielten Optimierung der übergreifenden konditionell-koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten (Functional Training) erstellen, diese in der Trainingspraxis umsetzen, um dadurch die konditionellen und koordinativen Leistungsvoraussetzungen ihrer Klienten zu verbessern. sind in der Lage, im Kontext der Trainingsplanung verschiedene Trainingsübungen und Trainingsformen hinsichtlich deren Eignung zu bewerten und zu differenzieren, um dadurch die Trainingspläne ihrer Klienten zu individualisieren und zu optimieren. Sind in der Lage, Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchzuführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Trainingsübungen bzw. Trainingsformen zu ermöglichen. können regenerative Maßnahmen planen, diese in der Trainingspraxis umsetzen, um dadurch das Regenerationsmanagement ihrer Klienten zu unterstützen. können die Trainingseffekte ihrer Trainingsmaßnahmen evaluieren, um dadurch ein Optimierungspotenzial für die Trainingspraxis ableiten zu können. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und analysieren die recherchierte Literatur, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für die Fragestellungen abzuleiten. • sind in der Lage, Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des leistungsorientierten Trainings zu präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion zu stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (7 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Komponenten der individuellen Leistungsfähigkeit • Trainingsplanung im Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining mit fortgeschrittenen Sportlern • Funktionelle Bewegungsvorbereitung • Funktionelles Kraft-, Ausdauer-, Schnelligkeits- und Koordinationstraining • Bewegungsnachbereitung – regenerative Maßnahmen <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Übungsunterweisung in funktionelle Trainingsformen • Analyse funktioneller Übungen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl • Methodische Übungsreihen und Fehlerkorrekturen • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Krafttraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Testverfahren, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im funktionellen Training - Lehrproben (Kommunikation Trainer- Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung der Testverfahren - Eigenrealisation und Anleitung der Trainingsmethoden
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen

Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining
Grundlagenliteratur:	<p>Baechle, T. R. & Earle, R. W. (2008). <i>Essentials of strength training and conditioning</i> (3. Aufl.). Champaign IL: Human Kinetics.</p> <p>Bompa, T. O. & Carrera, M. C. (2005). <i>Periodization training for sports. Science-based strength and conditioning plans for 20 sports</i> (2. ed.) Champaign: Human Kinetics.</p> <p>Boyle, M. (2004). <i>Functional training for sports. Superior conditioning for today's athlete</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Boyle, M. (2010). <i>Advances in functional training. Training techniques for coaches, personal trainers and athletes</i>. Santa Cruz, CA: On Target Publications.</p> <p>Brown, L. E. & Ferrigno, V. A. (2005). <i>Training for speed, agility, and quickness</i> (2. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Fröhlich, M. (2006). Zur Effizienz des Einsatz- vs. Mehrsatz-Trainings – Eine metaanalytische Betrachtung. <i>Sportwissenschaft</i>, 36 (3), 269–290.</p> <p>Fröhlich, M. & Schmidtbleicher, D. (2008). Trainingshäufigkeit im Krafttraining – ein metaanalytischer Zugang. <i>Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin</i>, 59 (2), 4–12.</p> <p>Gambetta, V. (2007). <i>Athletic development. The art & science of functional sports conditioning</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Gamble, P. (2010). <i>Strength and conditioning for team sports. Sport-specific physical preparation for high performance</i>. New York, NY: Routledge.</p> <p>Harries, S. K., Lubans, D. R. & Callister, R. (2015). Systematic review and meta-analysis of linear and undulating periodized resistance training programs on muscular strength. <i>Journal of Strength and Conditioning Research</i>, 29 (4), 1113–1125.</p> <p>McGuigan, M. (2017). <i>Monitoring Training and Performance in Athletes</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Meyer, T., Ferrauti, A., Kellmann, M. & Pfeiffer, M. (2016). <i>Regenerationsmanagement im Spitzensport. REGman – Ergebnisse und Handlungsempfehlungen</i>. Köln: Sportverlag Strauß.</p> <p>Radcliffe, J. C. (2007). <i>Functional training for athletes at all levels</i>. Berkeley, CA: Ulysses Press.</p> <p>Ratamess, N. (2012). <i>ACSM's foundations of strength training and conditioning</i>. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.</p> <p>Thompson, K. G. (2016). <i>Pacing. Mit der richtigen Strategie optimale Leistungen erbringen</i>. Hamburg: spomedis.</p>

6 Modulbeschreibungen 7. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Wissenschaftliches Arbeiten III – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	7.	6	2	–
Bachelor-Thesis		12	–	TH
Interdisziplinär		12	3	PRO
insgesamt		30	5	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

PRO = Projektarbeit TH = Thesis

6.1 Wissenschaftliches Arbeiten III (wa3) – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 6 ECTS-Punkte/180 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 164 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • können ein eigenes Forschungsprojekt für ihre Thesis planen. • können einen Untersuchungsplan für ihre Thesis erstellen. • können ein geeignetes Erhebungsinstrument auswählen und einsetzen. • können eine empirische Studie im Rahmen ihrer Thesis durchführen und auswerten. • können eigene Forschungsprojekte präsentieren und kritisch reflektieren. 	
Studieninhalte:	Erstellung von Untersuchungsplänen und Einsatz von Erhebungsinstrumenten zur Vorbereitung der Bachelor-Thesis	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht, Kollquium zur Vorbereitung auf die Bachelor-Thesis • Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäß § 11 der Prüfungsordnung 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnessstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	
Grundlagenliteratur:	Balzert, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftliches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation</i> (2. Aufl.). Herdecke: W3L. Bortz, J. & Schuster, C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer.	

-
- | | |
|--|---|
| | <p>Brink, A. (2013). <i>Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019) <i>Richtlinien zur Gestaltung wissenschaftlicher Arbeiten (Bachelor)</i>. Saarbrücken.</p> <p>Döring, N. & Bortz, J. (2015). <i>Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> |
|--|---|
-

6.2 Bachelor-Thesis (bt)

Modulverantwortung:	Die/der jeweils zuständige prüfungsberechtigte Betreuerin/Betreuer	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 12 ECTS-Punkte/360 Stunden	Fernstudium und betriebliche Praxis: 360 Stunden	
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: Genehmigung des Themas für die Bachelor-Thesis nicht vor Ablauf des 6. Fachsemesters	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden zeigen mit der Bachelor-Thesis, dass sie in der Lage sind, innerhalb einer vorgegebenen Frist eine fachliche Fragestellung selbstständig nach wissenschaftlichen Methoden zu bearbeiten und einer praktisch verwertbaren Lösung zuzuführen.	
Studieninhalte:	Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist.	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium	
Art der Lehrveranstaltung:	ausschließlich Fernstudium und begleitende betriebliche Praxis	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Tutoriell betreute selbstständige Bearbeitung einer interdisziplinären fachlichen Frage- bzw. Problemstellung • Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäß § 11 der Prüfungsordnung 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Bachelor-Thesis • Bearbeitungszeit: 3 Monate 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • interdisziplinäre wissenschaftliche Abschlussarbeit • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining 	
Grundlagenliteratur:	themenspezifisch	

6.3 Interdisziplinär (interbft)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 12 ECTS-Punkte/360 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 336 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, die theoretischen und anwendungsbezogenen Fachinhalte der vorangegangenen Studienmodule zu reflektieren, um Lösungsstrategien für komplexe, interdisziplinäre und praxisorientierte Problemstellungen zu entwickeln. • sind in der Lage, die im Bachelor-Studiengang erlernten Methoden und Strategien in die betriebliche Praxis zu transferieren, um Lösungsstrategien für komplexe, interdisziplinäre und praxisorientierte Problemstellungen zu entwickeln. • können die entwickelten Problemlösungsansätze präsentieren, diese zur Disputation stellen und schärfen dadurch ihre Fähigkeit zum problemorientierten Denken und Handeln. • können im Team arbeiten setzen die hierfür notwendigen Leadershipskills adäquat einsetzen. • sind in der Lage, unternehmerische Entscheidungen zu treffen. 	
Studieninhalte:	Keine neuen Studieninhalte; interdisziplinäre Verknüpfung der Fachbereiche mit dem Schwerpunkt auf dem Fachbereich Trainings- und Bewegungswissenschaft	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht: aufeinander aufbauende Fallstudien, Simulationen oder Projekte, die in Gruppenarbeiten gelöst und anschließend präsentiert und diskutiert werden • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Projektarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Abschließendes interdisziplinäres Studienmodul zur Verknüpfung der zentralen Studieninhalte des Studiengangs • Pflichtmodul B.A. Fitnessstraining 	
Grundlagenliteratur:	Literatur der vorangegangenen Studienmodule	