

ZERTIFIKAT

HERR

Pascal Grube

GEB. AM

10.05.1998

HAT IM RAHMEN DER FITNESSTRAINER/IN A-LIZENZ AUSBILDUNG & PRÜFUNG
KENNTNISSE UND FÄHIGKEITEN ERWORBEN, UM FOLGENDE BEZEICHNUNG ZU FÜHREN:

FUNCTIONAL TRAINER/IN

LEHRGANG „FITNESSTRAINER/IN A-LIZENZ“

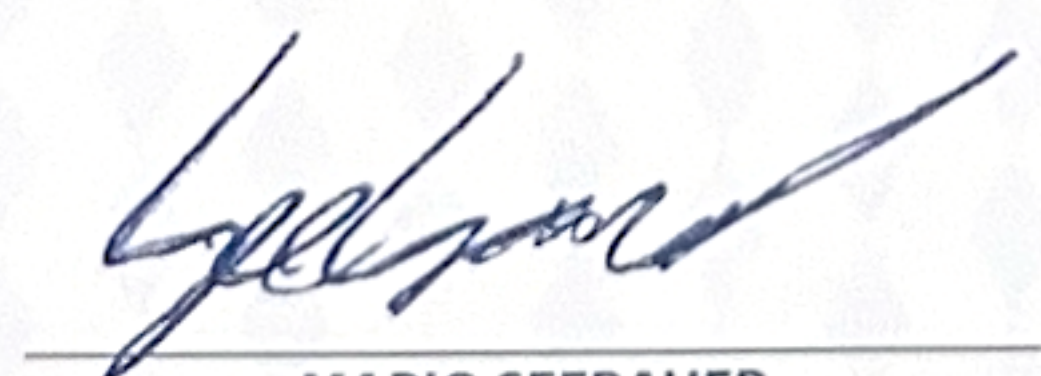
ZERTIFIZIERT VON DER STAATLICHEN ZENTRALSTELLE FÜR FERNUNTERRICHT



DER/DIE ABSOLVENT/IN WURDE IN FOLGENDEN BEREICHEN AUSGEBILDET UND GEPRÜFT:

Merkmale des Functional Trainings, Joint-by-Joint Approach, Mobilität und Stabilität im Functional Training, Sonderrolle der Rumpfmuskulatur, Aufbau einer Functional Training-Einheit, Warm-up im Functional Training, Gelenkmobilisation, Aktivierung und dynamisches Aufwärmen, Schnell- und Reaktivkrafttraining, funktionelles Training der Bewegungsmuster Squat, Hinge, Push & Pull + HIIT & Core-Training, Trainings- und Kursgestaltung im Functional Training


TIM KINALZYK
Geschäftsführer


MARIO SEEBAUER
Geschäftsführer

KAF
AKADEMIE
Karriere als Fitnesstrainer

Leipzig, 30.11.2025


DOZENT

