

Prävention A-Lizenz

Medical Fitness-Ausbildung
beim DFAV e.V.

Kann ich mit einer Diabetes melitus in Ihrem Studio trainieren und haben Sie geschultes Personal dafür“, ist eine der Fragen, die ich in letzter Zeit häufig an der Rezeption von Fitnessstudios höre.

Das Durchschnittsalter in den inhabergeführten Fitnessstudios wird immer höher und wir haben hier inzwischen ein Durchschnittsalter von knapp 40 Jahren. Das alles ist keine Überraschung mehr. Mit diesem zunehmenden Durchschnittsalter unserer Mitglieder kommen aber auch immer mehr Fragen zu Gesundheitsthemen auf unsere Trainer zu.

Ausbildung qualifiziert für neue Anforderungen

Deshalb hat unser **Fitness-Ausbildungsdirektor Prof. Stemper mit seinem Team** in diesem Jahr eine Medical-Fitness-Ausbildung konzipiert und geschrieben. Diese Ausbildung ist auf die Anforderungen zugeschnitten, die Trainer erwarten, wenn sie Fitness-Kunden mit gesundheitlichen Risikofaktoren betreuen. Vom DFAV e.V. wird sie unter dem Namen „Prävention A-Lizenz“ angeboten.

Diese Ausbildung beantwortet die Fragen zu den vier großen Problemen:

- ◆ Fettsucht
- ◆ Zucker
- ◆ Herzkreislauf
- ◆ Gelenke und Rücken



Foto: Dieter Schütz, pixelio.de

Gleichzeitig lernt der Trainer, wie er diese Probleme erkennt sowie klassifiziert und welche Maßnahme er zur Verbesserung bzw. Erhaltung des Gesundheitszustands Ihres Mitglieds einleiten kann, oder besser: muss!

Es geht dabei nicht darum, in irgendeiner Form den Arzt zu ersetzen. Im Gegenteil. Sobald wir aus der Prävention in vermutete oder diagnostizierte Gesundheitsschäden unserer Mitglieder kommen, soll die weitere Arbeit des qualifizierten Medical Fitnesstrainers nur in Zusammenarbeit mit den behandelnden Ärzten erfolgen.

Die Ärzte wiederum freuen sich über eine solche Unterstützung, für die sie keine Verordnungen schreiben müssen, die ihr Budget belasten.

Qualifizieren Sie Ihr Studio!

Bei uns Studiobetreibern muss sich nach den letzten Entscheidungen zum § 20 bzw. 44 SGB V nun aber endgültig die Einsicht durchsetzen, dass uns weder aus dem Sportbereich noch aus dem Gesundheitsressort irgendeine Hilfe oder Unterstützung zukommt.

Stattdessen wird die Fitnessbranche möglichst von allen abrechnungsfähigen Leistungserbringungen ausgeschlossen, um diese Benefits für die meist weitaus geringer qualifizierten Trainer der Vereine des DOSB vorzuhalten.

Der Bürger weiß aber heute, dass er für eine wirklich qualifizierte Unterstützung mit optimalen Geräten und speziell geschulten Trainern bezahlen muss. Er ist auch bereit dazu, weil er gesund bis ins hohe Alter kommen möchte. Es liegt also letztlich nur an unserer Leistung und der Qualität unseres Angebots.

Der erste Schritt diese Qualität zu gewährleisten ist die Anmeldung zur Prävention A – (Medical Fitness) – Ausbildung beim DFAV e.V., Potsdamer Platz 2 in 53119 Bonn, Tel. 0228-7253016, www.dfav.de.

Mindestens einen Spezialisten mit der Prävention Fitness A – (Medical Fitness) – Ausbildung sollte es in Ihrem Studio geben.

Was es außerdem dazu in Ihrem Studio geben sollte, lesen Sie im nächsten Heft der F & G. ●

Volker Ebener

Ausbildungstermine

A-Lizenz Fitness Trainer (Prävention)

1. Seminar 12./13. März 2011
2. Seminar 09./10. April 2011
3. Seminar 07./08. Mai 2011
4. Seminar 28./29. Mai 2011

jeweils in Bonn

dfav.de

Ausführliche Informationen zum Ausbildungsprogramm A-Lizenz Fitness Trainer (Prävention), Terminen, Umfang und Inhalten finden Sie im Internet auf unserer Seite www.dfav.de unter DFAV-Ausbildungen.

Ein grauer Elefant – mitten im Raum!

Eine englische Redensart beschreibt mit dem Bild des ‚grauen Elefanten‘, wie eine offensichtliche Entwicklung fahrlässig oder sogar sträflich vernachlässigt wird: „Stell Dir vor, da steht ein Elefant mitten im Raum – und keiner kümmert sich darum!“ Obwohl es ja eigentlich völlig unmöglich ist, das Tier nicht zu bemerken.

Genau so aber scheint es beim Thema „Medical Fitness“ zu sein, denn nach wie vor weigert sich die Fitness-Branche hartnäckig, diesen ‚grauen Elefanten‘ wahrnehmen zu wollen.

Vielleicht liegt hier aber gar kein Wahrnehmungsproblem vor. Möglicherweise mangelt es einfach am Zutrauen, das Fitnessstudio – und zwar am besten ab sofort – auf Medical Fitness aus-

zurichten. Aber welchen Grund gibt es, die neuen Zielgruppen, die sich als ‚grauer Elefant‘ aufgestellt haben, nicht zu bedienen.

Senioren mit und ohne Handicap, Zivilisations- von Erkrankung Bedrohte, Verletzte und Operierte mit unvollständiger Rehabilitation, chronisch Schmerzgeplagte – für sie alle gilt längst, dass Fitnessstraining für sie geradezu unverzichtbar ist. Und warum dann nicht im dafür prädestinierten Fitnessstudio? Starten Sie daher am besten gleich mit der Ausbildung Fitness A-Lizenz Prävention (Medical Fitness), bevor es andere tun. Werden Sie zum Elefanten-Führer! ●

Prof. Dr. Theo Stemper
Ausbildungsdirektor Fitness
DFAV e.V.



Foto: Rainer Sturm, pixelio.de



Prof. Dr. Theodor Stemper

Sportwissenschaftler,
Privat-Dozent an der
Bergischen Universität
Wuppertal,
Vorsitzender der
Arbeitsgemeinschaft
Prae-Fit (DSSV,
DFAV, dflw) und
Ausbildungsdirektor
Fitness beim
DFAV e.V.