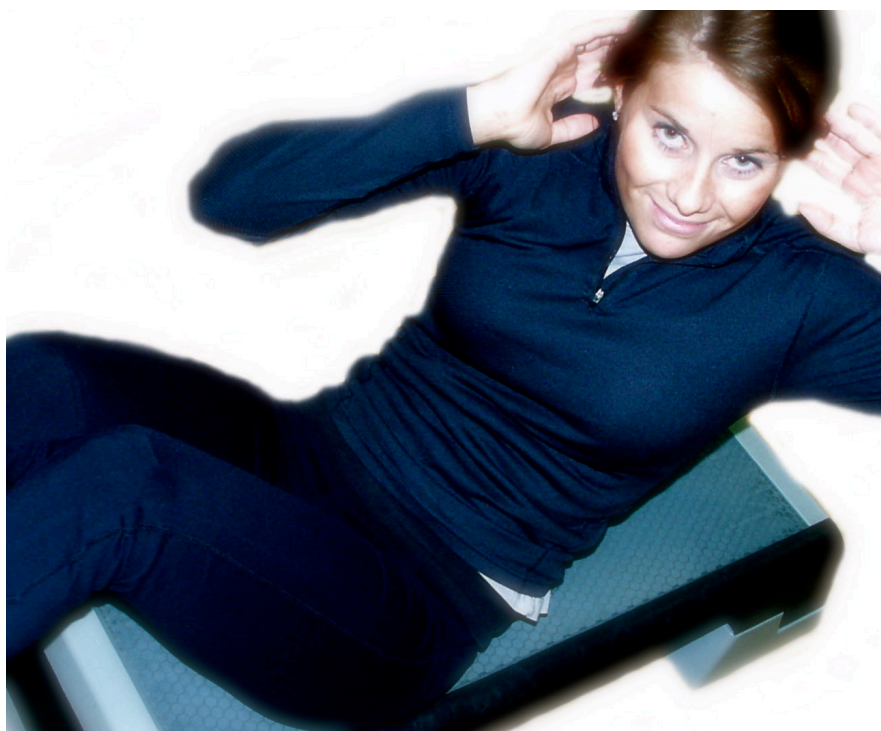


AKADEMIET SVETT OG BLID

Akademiet er Svett og Blid's egen utdanningsinstitusjon. Vi utdanner instruktører til treningsbransjen og tilbyr et bredt spekter av kurs. Vi har høyt kvalifiserte kursholdere som har unik kompetanse innenfor sine felt.



TRAINEEKURS - AEROBIC

15 timer/5 samlinger en gang ukentlig

1. samling, torsdag 16. august kl 17:00.
24. august, 31. august, 7. september, 14. september og 16. september (Audition).
Alle dager med start kl 17:00 (med unntak av Audition). Alle vanlige samlinger finner sted på Svett og Blid Åsane.

Akademiets Traineekurs er et kurs for deg som ønsker å prøve deg som instruktør. I løpet av kurset får du praktisk trening i å instruere grupper, lage gruppetreningsprogram og lære mer om instruktøryrket. Kurset avsluttes med en audition hvor aktuelle kandidater får tilbud om videre opplæring i Akademiet og deretter ansettelse som instruktør.

Innhold:

- Musikkforståelse
- Grunnleggende øvelsesbank
- Nedbryting og oppbygging av trinn
- Instruktørrollen

Forkrav:

Du må ha trent regelmessig Aerobic de siste 6 månedene og være i god fysisk form.

Godkjenning:

Kursbevis for godkjent kurs krever minimum 80% tilstedeværelse.

Pris: Kr 1490,-

Påmelding:

www.svettogblid.no