

Fitness Company Edzőképzés
Erő, állóképesség, robbanékonyság

CrossTraining

A CrossTraining napjainkban nagy népszerűségnek örvend a hazai és a külföldi fitness klubokban egyaránt.

Az edzésprofilok jellemzője a gazdag eszközválasztás, a kardió- és erőelemek változatos alkalmazása, az erőteljes edzői motiváció. Ezekből az elemekből rendkívül változatos edzésprogramok alakíthatóak ki és különlegesen színessé varázsolhatod az edzői munkádat.

A CrossTraining tanfolyam fontos eleme, hogy konkrét edzésprofilokat vihetsz haza magaddal, amelyeket a tanfolyamot követő következő napokon már bevethetsz és vendégeid oda lesznek a lelkesedéstől.

Hogyan tudod kamatoztatni a Cross Training tanfolyam tanultakat?

Napjainkban nagyon népszerűek az egyszerű, mégis hatékony erő és állóképességi elemekből felépített kördzések és funkcionális kondicionáló edzések.

Ha **testépítő vagy fitness instruktor** végzettséged van, a Cross Training kiváló lehetőség lesz számodra, hogy szélesebb rétegeket is elérhess és hangulatos csoportos edzéseket is meghirdethess. Garantált siker!

A **személyi edző** klientúra toborzására is kiválóan alkalmasak ezek az edzések. Itt sokan becsatlakozva megismerhetnek Téged és ha igazán hitelesen és szenvedéllyel tartod az edzésedet, sok-sok új személyi edző kliens nevelődhet ki a Cross Training edzéseidről.

Ha pedig **Csoportos fitness instruktor** vagy **Aerobik** végzettséged van, ez a tetszés szerint variálható, színes edzésforma egy újabb izgalmas színfolt lehet az órarendedben.

Fitness Company®

2600 Vác, Bottyán utca 35.®

Tel: 06/30 9644 779 www.edzokepzes.hu

e-mail: iroda@edzokepzes.hu

Felnőttképzési engedély száma: E/2021/000111

Tanfolyamvezetőnk

Gáspár Katalin

Gáspár Katalin diplomás testnevelő tanár, CrossTraining profi, személyi edző, nemzetközi aerobik prezenter, többszörös magyar bajnok atléta.

Kata a hazai fitness élet ikonikus alakja és egy igazi egyéniség. A Fitness Company tanári karának meghatározó alakja.

Kevés olyan mélységű sportszakmai tudással és fitness szakmai tapasztalattal rendelkező edző dolgozik a hazai fitness szakember képzésben mint ő.

Kata edzései legendásan kemények, ugyanakkor alaposan átgondoltak.

Az ő foglalkozásaira teljes mértékben érvényes a szlogen: "Eddz keményen de okosan!"

Az atlétikai elemek, a saját testtel végzett gyakorlatok, a funkcionális kis eszközök professzionális alkalmazását ötvözi a motiváló csoportos edzésvezetési technikákkal.

Katától nem csak azt tanulhatod meg, hogy állíts össze kreatív és kemény Cross Training programokat, hanem arról is tanulhatsz, hogyan működtesd az edzői tudásodat a való életben, hogyan bánj a vendégeiddel úgy, hogy egyre nagyobb vendégköröd épüljön.

A tanfolyamunk fő témakörei

- A CrossTraining edzéskonceptió felépítése
- A CrossTraining edzésrendszerek, edzésprofilok
- A CrossTraining speciális célcsoportok számára
- A CrossTraining edzésvezetési technikák, oktatás módszertan
- A CrossTraining gyakorlatrepertoárja
- Küzdősport elemek és a CrossTraining
- Testépítő gyakorlatelemek és a CrossTraining
- Atlétika edzéstechnikák és a CrossTraining
- Pedagógia, kommunikáció, oktatás módszertan

A tanfolyam időpontja

2024. szeptember 20-21-22.

Fitness Company

2600 Vác, Bottyán utca 35.

Tel: 06/30 9644 779 www.edzokepzes.hu

e-mail: iroda@edzokepzes.hu

Felnőttképzési engedély száma: E/2021/000111

Oktatás helyszíne

Team Fitness – Csillag Center Bevásárlóközpont
1039 Budapest, Rákóczi utca 36.

Részvételi díj

A képzés ára: 129.000 Ft

A tanfolyam díját két részletben kérjük átutalni.
Regisztrációs díj: 50.000 Ft

Ezt az összeget közvetlenül a jelentkezéskor kérjük átutalni.
A regisztrációs díj része a teljes tanfolyami díjnak. A jelentkezésedet csak a regisztrációs díj befizetésével tudjuk elfogadni. Kérünk, hogy csak akkor jelentkez, ha a regisztrációs díjat át tudod utalni!

A második részletet, azaz 79.000 Ft-ot pedig közvetlenül a tanfolyam előtt kérjük átutalni az alábbi számlaszámra:
Palaistra Sportiroda Kft: OTP 11712004-29900325

OTP SZÉP-kártyás fizetési lehetőség

Lehetőség van arra is, hogy a tanfolyam árát SZÉP-kártyával fizesd ki.
Jelenleg az OTP SZÉP-kártya programjával vagyunk kapcsolatban.
Amennyiben SZÉP-kártyával szeretnél fizetni, kérünk, hogy hívd fel minket és egyeztess az ügyfélszolgálatunkkal! Tel: 309644779 (hétfőtől - péntekig 8.00 és 16.00 között)

Jelentkezés

Jelentkezni a weboldalunkon található űrlap kitöltésével lehet:

<https://edzokepzes.hu/jelentkezés>

A jelentkezési határidő

2024. szeptember 10.

A jelentkezéseket a befizetések sorrendjében fogadjuk el. A tanfolyamot kis létszámú csoporttal indítjuk, ezért kérünk, hogy idejében jelezd részvételi szándékodat!

Fitness Company

2600 Vác, Bottyán utca 35.

Tel: 06/30 9644 779 www.edzokepzes.hu

e-mail: iroda@edzokepzes.hu

Felnőttképzési engedély száma: E/2021/000111

Fitness Company Karriernap

Évente két alkalommal szervezünk egy olyan alkalmat, amikor személyesen is tudsz találkozni velünk. Ez egy kiváló lehetőség, hogy személyes benyomásokat kapj, feltedd a kérdéseidet és kicsit elbeszélgessünk mindarról, ami Téged érdekel a fitness edzői pályával kapcsolatban. Ezek az események a Fitness Company Karriernapok. Jellemzően szeptemberben és februárban tartunk ilyen eseményeket.

Ha komolyan érdekel a fitness szakma, szívesen képeznéd magad profi fitness szakemberré, feltétlenül érdemes egyszer eljönnöd.

A következő ilyen Karriernapunkról az alábbi linkben olvashatsz:

<https://edzokepzes.hu/nyilt-nap-program>

Ne maradj le a fontos hírekről!

A jelentkezőkkel és érdeklődinkkel e-mailben tartjuk a kapcsolatot ezért, érdemes gondoskodnod róla, hogy biztosan megkapj minden fontos értesítést e-mailben!

Ha szívesen kapcsolatban maradnál velünk, érdemes egy kis figyelmet szentelned annak, hogy biztosan megkapj minden fontos értesítést e-mailben! A levelező programok néhány e-mail után hajlamosak a Promóció mappába tenni az üzleti jellegű üzeneteket. Így előfordulhat, hogy hasznos e-mailek elkerülnek a figyelmedet.

Mit tudsz tenni?

1. Lépj be az e-mail fiókodba.
2. A Bejövő e-mailek mappán belül kattints a Promóció fülre.
3. Ha találsz itt levelet tőlünk, húzd át az "Elsődleges" fülre.
4. A lap alján megjelenő kis ablakban okézd le, hogy innentől mindig az elsődleges mappádba érkezzenek az üzeneteink.

Egy perc az egész, de így biztosan megkapsz minden üzenetet, amit Neked szánunk.

Ha pedig már nem szeretnél több levelet kapni tőlünk, a leveleink alján található leiratkozási linkre kattintva azonnal leiratkozhatasz a levelező listánkról.

Fitness Company

2600 Vác, Bottyán utca 35.

Tel: 06/30 9644 779 www.edzokepzes.hu

e-mail: iroda@edzokepzes.hu

Felnőttképzési engedély száma: E/2021/000111

Gyakran Ismétlődő Kérdések

Ha további kérdéseid lennének, ajánljuk figyelmedbe a honlapunkon található **Gyakran Ismétlődő Kérdések** menüpontot.

**Ha bármiben segíthetünk, bátran hívj minket vagy írd nekünk.
Az alábbi ügyfélszolgálati vonalakon vagyunk elérhetőek:**

E-mail: iroda@edzokepzes.hu

Tel: 0036309644779
Hétfőtől péntekig, 8.00-tól 16.00-ig

www.edzokepzes.hu

Fitness Company

2600 Vác, Bottyán utca 35.

Tel: 06/30 9644 779 www.edzokepzes.hu

e-mail: iroda@edzokepzes.hu

Felnőttképzési engedély száma: E/2021/000111