Fitness Company Edzőképzés
Új edzéstrendek a medencében

AquaFitness Instruktor tanfolyam

Napjaink wellness és szabadidő központjai elképzelhetetlenek medence nélkül. Azonban kevesen tudják, hogy a fürdésen és az úszáson kívül más mozgásformák gyakorlására is használható.

- Kíméli az izületeket, rendkívül jól alkalmazható rehabilitációs célokra is.
- A vízben a terheléses pulzus alacsonyabb, mint egy hasonló, szárazföldi edzés esetén.
- Növeli, ill. megőrzi a csontsűrűséget.
- Minden gyakorlat edzi a hasizmokat.
- A testre ható víznyomás (hidrosztatikai nyomás) fokozza a keringést, és kedvezően hat a szövetek ödémájára.
- Olyan izmokat is megdolgoztat, melyeket a szárazföldön alig használunk és így elgyengültek.
- Minél nagyobb kiterjedésű mozgásokat hajtunk végre a vízben, annál több oxigént kell az izmokhoz szállítani, ezáltal edzi a szív –és keringési rendszert, nő a tüdőkapacitás.
- A vízellenállással szemben végzett gyakorlatok nagyobb kalória felhasználással járnak mint hasonló gyakorlatok a szárazföldön.
- Nagy népszerűségnek örvend nem csak az aktív fiatalok, túlsúlyosok, hanem a várandós és változó korban lévő nők körében is.
- A kiegészítő eszközök kiválóan alkalmasak arra, hogy velük az ellenállást és az edzés hatékonyságát növeljük, illetve, hogy játékos feladatokat végeztessünk párokban, csoportokban – nemcsak a célirányos tréningeknél, hanem csapatépítő- és családi vetélkedőknél is.

A tanfolyamunk fő témakörei

- Aquagyakorlatok saját testsúllyal
- Zenére végzett aerobik jellegű gyakorlatok
- Aquagyakorlatok vízinudlival és vízisúlyzóval
- Aquajogging polifoam övvel
- AquaDance
- Óravezetési technikák a partról és a vízben
- Egyéni és csoportos gyakorlás

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

Kiss Julianna
A Sárvári Gyógy –és Wellnessfürdő fitness vezetője és wellness tanácsadója, aerobik oktató, személyi edző, preventív gerinctréner.

Suri Andrea
Személyi edző, aquafitness oktató, aerobik és Zumba oktató, női mentor, művészet-, irodalom- és meseterápiás csoportvezető, újságíró, a FitNEXT Magazin főszerkesztője.

A tanfolyam időpontja

2027. május 28-29-30.

Oktatás helyszíne

Az AquaFitness képzésünket Magyarország egyik legpatinásabb wellness létesítményében a Sárvári Gyógy- és Wellnessfürdőben rendezzük.

A létesítményben több különböző vízmélységű medence teszi lehetővé, hogy az AquaFitness világának valamennyi aspektusát bemutathassuk és a tanfolyam során elsajátíthasd.
A fürdő eszközellátottsága is kimagasló és a képzés során egy élő, lüktető, pezsgő wellness környezetben gyakorolhatsz.

Sárvári Gyógy- és Wellnessfürdő - 9600 Sárvár, Vadkert utca 1.

Részvételi díj

A képzés ára: 129.000 Ft + 15.000 Ft (vizsgadíj)

A tanfolyam díját két részletben lehet fizetni.
Regisztrációs díj: 50.000 Ft

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

A második részletet, azaz 79.000 Ft-ot + a 15.000 Ft-os vizsgadíjat közvetlenül a tanfolyam előtt kérjük átutalni az alábbi számlaszámra:

Palaistra Sportiroda Kft: OTP 11712004-29900325

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

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 hívj fel minket és egyeztess az ügyfélszolgálatunkkkal! Tel: 309644779 (hétfőtől péntekig 8.00 és 16.00 között)

Jelentkezés

Jelentkezni a weboldalunkon található űrlap kitöltésével lehet:
https://edzokepzes.hu/jelentkezes

A jelentkezési és befizetési határidő

2027. május 18.

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

Ötcsillagos wellness élmény akár az egész családdal

Javasolni szoktuk a résztvevőknek, hogy akár a párjukkal, barátok kíséretében vagy akár a családdal jöjjenek le erre a képzésre.
Amíg te tanulsz és gyakorolsz a társaságod élvezheti az egész napos fürdőzés, szaunázás és relaxálás élményét, estefelé pedig együtt sétálhattok a városban, a Rába-parton vagy folytathatjátok a wellness fürdős relaxálást.

Ha segítségre van szükséged a szállásfoglalás tekintetében, szívesen segítünk.

Ajándék kedvezmények

Ha beiratkozol a képzésre, a tanfolyam mellé kapsz tőlünk két ajándékutalványt is, amelyeket akkor tudsz felhasználni, ha egyéb képzéseket is szívesen elvégeznél nálunk.

15.000 Ft ajándék kedvezmény
állami végzettséget nyújtó fitness szakmai alapképzésekhez
Ezt az utalványt egy államilag elismert végzettséget nyújtó képzésünkön használhatod fel.

Ha még nincs államilag elismert sport és fitness szakmai végzettséged de szeretnél, nálunk 15.000 Ft kedvezménnyel tanulhatsz.

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

Az alábbi tanfolyamokon tudod ezt a kedvezményt felhasználni:

- Személyi edző
- Fitness instruktor
- Csoportos fitness instruktor
- Aerobik sportoktató
- Testépítés és fitness sportoktató
- Okleveles jógaoktató

10.000 Ft ajándék kedvezmény

további fitness-wellness tanfolyamokhoz

Ezzel az ajándékutalvánnyal 10.000 Ft-tal olcsóbban tanulhatsz bármelyik további, nem államilag elismert végzettséget nyújtó tanfolyamunkon.

Ez a kedvezmény az alábbi képzésekre érvényes.

- Táplálkozási Tanácsadó Wellness Trainer
- Pilates oktató
- Gymstick Muscle Instruktor
- SpinRacing oktató
- Kölyökfitness Gyermek Aerobik
- Testegyensúly Preventív Gerinctréning
- KickBox Athletics
- M.A.X. Training Instruktor
- CrossTraining Instruktor
- Step Aerobik oktató
- AquaFitness oktató
- AquaFitness Advanced
- Get Fit – Gravity Exercise Training

Mindkét utalványt a képzést követően fogod tudni letölteni a weboldalunkról. A tanfolyam utáni napokban küldünk egy e-mailt, amiben megtalálod a kedvezményes bónuszok letöltésének weboldalait.

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 linknen olvashatsz:
https://start.edzokepzes.hu/karriernap

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

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 elkerülik 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 leiratkozhatsz a levelező listánkról.

Gyakran Ismétlődő Kérdések

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

Ha bármiben segíthetünk, bátran hívj minket vagy írj 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