



Grundforløb: Krop og stil
 Varighed: 1 år 6 måneder
 Adgangskrav: Folkeskolens afgangseksamen

Erhvervsuddannelse
 på de tekniske skoler
 - en god **fremtid!**

Fitnessinstruktør

Fitnessinstruktøren arbejder i motions- og fitnesscentre med at instruere og motivere kunderne. Du skal kunne lægge træningsprogrammer og undervise både hold og enkeltpersoner, og du skal kunne justere træningsprogrammerne undervejs i forløbet.

Fitnessinstruktøren lærer om anatomi, fysiologi og sundhed og om forebyggelse af skader. Du skal også lære om brugen af de forskellige former for træningsudstyr, der bruges i fitnesscentre, så du kan instruere kunderne. Du vil desuden komme til at beskæftige dig med kundeservice, receptionsarbejde og administration.

Specialer

Uddannelsen har følgende specialer:
 Fitnessinstruktør.

Hvor lang tid tager uddannelsen?

Uddannelsen til fitnessinstruktør tager 1 år og 6 måneder, hvoraf de 27-28 uger foregår på skole.

Kan jeg læse videre?

Du kan holde dig opdateret inden for dit fag med relevante kurser.

Vær opmærksom på...

Du skal have en praktikplads eller en kvoteplads for at kunne starte på indgangen.



Hvor kan jeg tage uddannelsen?

CPH West, Ishøj • EUC Nordvestsjælland, Holbæk • HANSENBERG, Kolding • Herningsholm Erhvervsskole • Randers Tekniske Skole • Tech College Aalborg

Vil du vide mere?

Du er altid velkommen til at kontakte vejlederen på den nærmeste tekniske skole.

Du kan læse mere om grundforløbet i den særlige folder eller klikke dig ind på www.ug.dk.



Sådan forløber din uddannelse på en teknisk skole



Grundforløb

Du starter på din erhvervsuddannelse enten med et grundforløb på en erhvervsskole eller i praktik på en virksomhed. Uanset hvilken vej du vælger, er det de samme mål, du skal nå med uddannelsen.

Et grundforløb kan vare fra 10 uger til 60 uger. Længden afhænger af dine forudsætninger, om du ved, hvad du vil, når du starter - eller om du vil prøve forskellige specialer, inden du beslutter dig.

Hovedforløb

Når du har afsluttet dit grundforløb, kan du gå videre til uddannelsens hovedforløb. For at du kan starte på hovedforløbet, skal du have indgået en uddannelsesaftale med en virksomhed. På nogle uddannelser er der også mulighed for at komme i skolepraktik, hvis du ikke kan få en praktikplads. Hovedforløbet veksler mellem praktik i virksomheden og skoleophold og afsluttes med en svendeprøve. I oversigten herunder kan du se, hvordan sådan et uddannelsesforløb kan se ud.

Eksempel: Fitnessinstruktør 1 år 6 mdr.



grundforløb praktik skoleophold

Uddannelsens varighed er angivet i skoleår á 40 uger. Grundforløbet kan variere fra 10-60 uger. Hvornår og hvordan skoleopholdene på hovedforløbet placeres, kan desuden være individuelt for den enkelte skole.

Praktik

Du er selv ansvarlig for at finde din praktikplads, men skolens vejledere og din kontaktlærer hjælper dig gerne med gode råd. Du kan f.eks. benytte databasen www.praktikpladsen.dk til at søge efter ledige praktikpladser, men som regel er den allerbedste måde at få en praktikplads på at gå ud og besøge den virksomhed, som du gerne vil i praktik hos.

Hvordan med økonomien?

Under grundforløbet kan du få SU, hvis du er fyldt 18 år og ikke har en praktikplads. Du vil gå over på elevløn, når du starter på hovedforløbet. Har du en praktikplads under grundforløbet, får du løn allerede her.

Hvor meget du får i løn, er afhængigt af, hvilken uddannelse du er i gang med. Lønnen vil stige løbende gennem din uddannelse, og du får udbetalt løn både i praktikken og på skoleopholdet. Er du i skolepraktik, vil du få udbetalt en ydelse i stedet for løn, dog på en lavere sats.

- Her kan du blive til noget!