



AFAS
austrian fitness & aerobic school

2018

**Ausbildungen
und Seminare**

AFAS

ÜBERSICHT

ANATOMIE & PHYSIOLOGIE

GROUP FITNESS

Group Fitness Trainer
Grundausbildung

CARDIO

Step
Cardio

Building up
Choreography

Dance/Latino
Aerobic

Dance
Step

Fight
Club

TONING

Toning
Technik

Step
Toning

Langhantel
Training

Functional
Training

HEALTH FITNESS

Rücken
Training

Balance
Training

Stretching
Exercises

Faszien
Training

PERSONAL FITNESS

Circuit Training
Synrgy

Cross
Training

Functional im
Personal Training

Personal Training
Praxis & Know How

Die AFAS Ausbildung beginnt, egal für welche Richtung man sich entscheidet, mit Anatomie & Physiologie.

Jedes Modul aus Health Fitness und Personal Fitness ist wertvoll für Group Fitness Stunden, und unterstützt sowohl die Stundenanforderung als auch die Programme.

Ebenso sind sämtliche Module aus Group Fitness und Health Fitness förderlich für jedes Personal Training.

Anatomie & Physiologie

17. + 18.02.2018
09. + 10.06.2018
22. + 23.09.2018

Group Fitness Trainer Grundausbildung

24. + 25.02. und 03. + 04.03.2018
06. + 07.10. und 13. + 14.10.2018

Die Module NACH Anatomie & Physiologie sind ohne Einhaltung einer Reihenfolge buchbar.

Viele Module bringen maximalen Erfolg!

Professional Teaching

Personal Training für Groupfitness-Unterricht ist individuell (Einzelunterricht oder Gruppen) buchbar.

Step Cardio

17.03.2018

Building up Choreography

14.04.2018

Dance/Latino Aerobic

20.10.2018

Step Dance

21.10.2018

Fight Club

20. + 21.01.2018

Toning Technik

18.03.2018

Step Toning

15.04.2018

Langhantel Training

29. + 30.09.2018

Functional Training

17. + 18.11.2018

Rücken Training

11.03.2018

Balance Training

11.11.2018

Stretching Exercises

17.06.2018

Faszien Training

16.06.2018

Circuit Training Synrgy

10.11.2018

Cross Training

21. + 22.04.2018

Functional im Personal Training

10.03.2018

Personal Training Praxis & Know How

03.03.2018

PREISE

Ausbildung/Seminare

1-tägig	€ 99,00
2-tägig	€ 199,00
4-tägig	€ 399,00

Ermäßigung für Gruppen

Anmeldung von 3 Personen	- 10 %
Anmeldung von 5 Personen	- 15 %

Ermäßigung mehr Module

Anmeldung von 3 Modulen	- 15 %
Anmeldung von 5 Modulen	- 20 %
Anmeldung mehr als 5 Module	- 20 %
	+ 1-tägiges Modul

Professional Teaching im Personal Training

Einheit = 4 Stunden / Sonntag 15:00 - 19:00 Uhr

Einheit pro Person	€ 199,00
3 Einheiten	- 15 %
5 Einheiten	- 20 %
Gruppentarif ab 3 Personen	- 25 %
Gruppentarif ab 5 Personen	- 35 %

Buchungen von 3 bzw. 5 Einheiten, sowie Gruppenbuchungen müssen auf einmal und zusammen angemeldet werden.



10 % Frühbucherbonus
bei Anmeldung bis 31.1.2018
Anzahlung muss bis 31.1.2018 eingelangt sein.

Details und Voraussetzungen

www.afas.at

Austrian Fitness & Aerobic School
2351 Wiener Neudorf/NÖ • Triesterstraße 12
+43 2236 86 96 90 • friendly@clubactivity.at

