

Opiekun sprawności fizycznej (FitnessbetreuerIn)

Im BIS anzeigen



Główne działania (Haupttätigkeiten)

Opiekunowie fitness doradzają klientom w tworzeniu programów treningowych i doborze odpowiedniego sprzętu sportowego. Opiekujesz się i doradzasz klientom podczas szkolenia. W centrach fitness są również odpowiedzialni za utrzymanie sprzętu treningowego i ewentualnie wykonywanie prac biurowych.

FitnessbetreuerInnen beraten die KundInnen bei der Erstellung von Trainingsprogrammen und der Auswahl entsprechender Sportgeräte. Sie betreuen und beraten KundInnen während des Trainings. In Fitness-Center sind sie auch für die Wartung der Trainingsgeräte verantwortlich und eventuell für die Erledigung von Büroarbeit zuständig.

Dochód (Einkommen)

Für diesen Beruf entfällt die Darstellung, da es keinen KV gibt.

Możliwości zatrudnienia (Beschäftigungsmöglichkeiten)

Możliwości zatrudnienia dla opiekunów fitnessu oferują następujące obiekty: studia fitness, studia sportowe, uzdrowiska, ośrodki wypoczynkowe, a także duże hotele, hotele sportowe i wellness. Zawód często wykonywany jest na zasadzie freelance.

Beschäftigungsmöglichkeiten für FitnessbetreuerInnen bieten folgende Einrichtungen: Fitness-Studios, Sportstudios, Kuranlagen, Ferienanlagen sowie große Hotelbetriebe, Sport- und Wellnesshotels. Der Beruf wird oft freiberuflich ausgeübt.

Aktualne wakaty (Aktuelle Stellenangebote)

.... w internetowym serwisie pośrednictwa pracy AMS (eJob-Room): (... in der online-Stellenvermittlung des AMS (eJob-Room): **49**  do AMS eJob Room (zum AMS-eJob-Room)

Umiejętności zawodowe wymagane w reklamach (In Inseraten gefragte berufliche Kompetenzen)

- Prace administracyjne (Administrative Bürotätigkeiten)
- Trening i instruktaż aerobowy (Aerobic-Training und -Unterricht)
- Trening sprawnościowy (Fisnesstraining)
- Trening pilatesu (Pilates-Training)
- Porady szkoleniowe (Trainingsberatung)
- Aquagym (Wassergymnastik)
- Porady dotyczące zdrowia (Wellnessberatung)
- Ćwiczenia kręgosłupa (Wirbelsäulengymnastik)
- Trening i nauczanie jogi (Yogatraining und -unterricht)

Inne umiejętności zawodowe (Weitere berufliche Kompetenzen)

Podstawowe umiejętności zawodowe (Berufliche Basiskompetenzen)

- Tworzenie planów szkoleniowych (Erstellung von Trainingsplänen)

- Wiedza o sporcie i fitness (Sport- und Fitnesskenntnisse)

Techniczne umiejętności zawodowe

(Fachliche berufliche Kompetenzen)

- Znajomość aplikacji informatycznych (EDV-Anwendungskenntnisse)
 - Utrzymanie danych (Datenpflege)
- Relacje z gośćmi (Gästebetreuung)
 - Obsługa gości w strefie rekreacyjnej (Gästebetreuung im Freizeitbereich)
- Umiejętności obsługi klienta (Kundenbetreuungskenntnisse)
 - Kompetencje doradcze (Beratungskompetenz) (z. B. Informacje o produkcie (Produktinformation))
- Medyczna diagnostyka funkcjonalna (Medizinische Funktionsdiagnostik)
 - Diagnostyka sportowa (Sportmedizinische Leistungsdiagnostik) (z. B. Kontrola sprawności (Fitness-Check))
- Podstawowa wiedza medyczna (Medizinische Grundkenntnisse)
 - Pierwsza pomoc (Erste Hilfe) (z. B. Przechowywanie osób rannych (Lagerung von Verletzten), Pielęgnacja ran (Wundversorgung))
- Wiedza o sporcie i fitness (Sport- und Fitnesskenntnisse)
 - Trening wytrzymałościowy (Ausdauertraining) (z. B. Trening spinningowy (Spinning-Training), Trening obwodowy (Zirkeltraining), Trening Nordic Walking (Nordic Walking-Training))
 - Trening sprawnościowy (Fisnesstraining) (z. B. Szkolenia i lekcje Kangi (Kanga-Training und -unterricht), Trening interwałowy (Intervalltraining), Trening HIIT (HIIT-Training), Trening crossfitowy (Crossfit-Training), Szkolenie z elastyczności (Beweglichkeitstraining), Szkolenie koordynacji (Koordinationstraining), Trening EMS (EMS-Training), Treningi i lekcje Zumby (Zumba-Training und -unterricht), Trening i instruktaż aerobowy (Aerobic-Training und -Unterricht))
 - Trening siłowy (Krafttraining) (z. B. Trening z masą ciała (Body-Weight-Training), Szkolenie sprzętowe (Gerätetraining), Trening z hantlami (Hanteltraining))
 - Porady szkoleniowe (Trainingsberatung) (z. B. Tworzenie instrukcji szkoleniowych (Erstellung von Trainingsanleitungen))
 - Zarządzanie szkoleniami (Trainingsleitung) (z. B. Prowadzenie szkoleń grupowych (Leitung von Gruppentrainings), Zarządzanie wirtualnymi szkoleniami (Leitung von virtuellen Trainings), Zarządzanie szkoleniami profilaktycznymi (Leitung von Präventivtrainings))
 - Kolarstwo (Radsport) (z. B. Wiodące wycieczki rowerowe (Leitung von Radtouren))
- Serwis obiektów sportowych i sprzętu sportowego (Sportstätten- und Sportgeräteservice)
 - Serwis i naprawa sprzętu fitness (Fitnessgeräteservice und -reparatur) (z. B. Konserwacja sprzętu szkoleniowego (Wartung von Trainingsgeräten))
- Wiedza naukowa w dziedzinie nauk humanistycznych (Wissenschaftliches Fachwissen Humanwissenschaft)
 - Nauka o sporcie (Sportwissenschaft) (z. B. Fizjologia sportu (Sportphysiologie), Teoria treningu (Trainingslehre))

Ogólne umiejętności zawodowe

(Überfachliche berufliche Kompetenzen)

- Entuzjazm (Begeisterungsfähigkeit)
- Towarzyskość (Kontaktfreude)
- Odporność fizyczna (Körperliche Belastbarkeit)
 - Sportowy (Sportlichkeit)

Kompetencje cyfrowe według DigComp (Digitale Kompetenzen nach DigComp)

1 Podstawowe		2 osoby prowadzące działalność na własny rachunek		3 Zaawansowane		4 Wysoce wyspecjalizowane	
Opis: FitnessbetreuerInnen sind vor allem in der Lage, alltägliche und berufsspezifische digitale Anwendungen und Geräte zur Kommunikation, Zusammenarbeit und Dokumentation zu nutzen und berufsspezifische digitale Geräte zuverlässig zu bedienen. Außerdem kennen sie die betrieblichen Datensicherheitsregeln und können diese einhalten.							

Szczegółowe informacje na temat umiejętności cyfrowych (Detailinfos zu den digitalen Kompetenzen)

Obszar kompetencji	Poziom(y) kompetencji od ... do ...								Opis
0 - Podstawy, dostęp i zrozumienie cyfrowe	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen können berufsspezifische digitale Anwendungen und Geräte (z. B. Virtuelles Training, Smarte Textilien) auch in neuen Arbeitssituationen selbstständig und sicher bedienen und anwenden.
1 - Postępowanie z informacjami i danymi	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen können arbeitsrelevante Daten und Informationen recherchieren, vergleichen, beurteilen und in der jeweiligen Arbeitssituation anwenden.
2 - Komunikacja, interakcja i współpraca	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen können alltägliche und betriebsspezifische digitale Geräte zur Kommunikation mit KollegInnen und Kundinnen und Kunden einsetzen.
3 - Kreacja, produkcja i publikacja	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen können digitale Informationen und Daten in bestehende digitale Anwendungen einpflegen.
4 - Bezpieczeństwo i zrównoważone wykorzystanie zasobów	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen sind sich der Bedeutung des Datenschutzes und der Datensicherheit bewusst, kennen die grundlegenden betrieblichen Regeln und halten sie ein.
5 - Rozwiązywanie problemów, innowacje i ciągłe uczenie się	1	2	3	4	5	6	7	8	FitnessbetreuerInnen erkennen alltägliche technische Probleme und können diese selbstständig oder unter Anleitung lösen und die Lösung komplexer Probleme und Fehler veranlassen

Szkolenia, certyfikaty, dalsze szkolenia (Ausbildung, Zertifikate, Weiterbildung)

Typowe poziomy umiejętności

(Typische Qualifikationsniveaus)

- Zawód z krótkim lub specjalnym przeszkoleniem (Beruf mit Kurz- oder Spezialausbildung)
- Zawód ze szkoleniem zawodowym (Beruf mit Lehrausbildung)
- Zawód w średniej szkole zawodowej i szkoleniu technicznym (Beruf mit mittlerer beruflicher Schul- und Fachausbildung)
- Zawód w wyższej szkole zawodowej i szkoleniu technicznym (Beruf mit höherer beruflicher Schul- und Fachausbildung)

Szkolenie

(Ausbildung)

Lehre

- Opiekun sprawności fizycznej (FitnessbetreuerIn)

BMS - Berufsbildende mittlere Schule

- Gesundheit, Soziales, Pädagogik

BHS - Berufsbildende höhere Schule

- Gesundheit, Soziales, Pädagogik

Spezielle Aus- und Weiterbildungslehrgänge

- Gesundheit, Soziales, Pädagogik

Certyfikaty i kwalifikacje (Zertifikate und Ausbildungsabschlüsse)

- Szkolenia w sektorze rekreacji i sportu (Ausbildungen im Freizeit- und Sportbereich)
 - Szkolenie na trenera fitness i zdrowia (Ausbildung zum/zur Fitness- und GesundheitstrainerIn)
- Szkolenie w zawodach związanych z opieką zdrowotną (Ausbildungen in Gesundheitsberufen)
 - Szkolenie w dziedzinie medycyny (Ausbildungen im medizinischen Bereich) (z. B. Szkolenie, aby zostać praktykiem Hyperton-X (Ausbildung zum/zur Hyperton-X-PraktikerIn), Szkolenie, aby zostać wykwalifikowanym promotorem zdrowia (Ausbildung zum/zur diplomierten Gesundheitsförderer/-förderin))

Kształcenie ustawiczne

(Weiterbildung)

Fachliche Weiterbildung Vertiefung

- Basiswissen Menschliche Anatomie
- Biomedizintechnik
- Entspannungstechniken
- Erstellung von Ernährungsplänen
- Fitness-Coaching
- Hygiene und Infektionslehre
- Medizinische Hygiene
- Sportstätten- und Sportgeräteservice
- Wellness-Training

Fachliche Weiterbildung Aufstiegsperspektiven

- Lehrlingsausbilderprüfung
- Ausbildungen im Bereich Fitness, Sport und Ernährung
- Ausbildungen im medizinischen Bereich
- Zertifikat SportmanagerIn
- Hochschulstudien - Marketing und Sales
- Hochschulstudien - Sport und Bewegung

Bereichsübergreifende Weiterbildung

- Erste-Hilfe-Ausbildung
- Fremdsprachen
- Kommunikationskompetenz
- MS Office
- Zeitmanagement

Weiterbildungsveranstalter

- Bundessportakademien 
- Hersteller- und Zulieferbetriebe
- Fachmesse- und Tagungsveranstalter
- Erwachsenenbildungseinrichtungen und Online-Lernplattformen
- BHS - Kaufmännische Berufe
- BHS - Tourismus, Gastronomie
- BHS - Wirtschaftliche Berufe
- Fachhochschulen
- Universitäten

Znajomość języka niemieckiego według CEFR

(Deutschkenntnisse nach GERS)

B1 Durchschnittliche bis B2 Gute Deutschkenntnisse

Im Zentrum ihrer Tätigkeit steht die Betreuung und Beratung von Kundinnen und Kunden, mit denen sie überwiegend mündlich kommunizieren. Sie müssen Arbeitsanweisungen verstehen und ausführen und entwickeln schriftliche Fitnessprogramme. Im organisatorischen Bereich arbeiten sie schriftlich mit Datenbanken und Formularen. Für den Einstieg in die Ausbildung kann eine durchschnittliche Sprachbeherrschung (Niveau B1) ausreichend sein. Für die Berufsausübung sollten aber auf jeden Fall gute Deutschkenntnisse (mindestens Niveau B2) erreicht werden.

Dalsze informacje zawodowe (Weitere Berufsinfos)

Samozatrudnienie

(Selbstständigkeit)

Eine selbständige Berufsausübung ist im Rahmen eines freien Gewerbes möglich.
Der Beruf kann freiberuflich ausgeübt werden.

Środowisko pracy

(Arbeitsumfeld)

- Obsługa wieczorna (Abenddienst)
- Nabożeństwo w niedziele i święta (Sonn- und Feiertagsdienst)
- Stały kontakt z ludźmi (Ständiger Kontakt mit Menschen)

Kwestionariusz kompetencji

(Berufsspezialisierungen zur Vermittlung)

Trener aerobiku (AerobictrainerIn)

Trener zdrowia i dobrego samopoczucia (Gesundheits- und WellnesstrainerIn)

Nauczyciel gimnastyki sportowej (SportgymnastiklehrerIn)

Specjalizacje zawodowe

(Berufsspezialisierungen)

*Coaching fitness (trener fitness) (*Fitness coaching (fitness coach))

Animator fitness (Opiekun sprawności fizycznej) (FitnessanimateurIn (FitnessbetreuerIn))

Trener fitness (m/k) (Fitnesscoach (m/w))
Trener fitness (FitnesstrainerIn)

Instruktor gimnastyki fitness (FitnessgymnastiklehrwartIn)
Nauczyciel gimnastyki (Opiekun sprawności fizycznej) (GymnastiklehrerIn (FitnessbetreuerIn))
Trener gimnastyki (Opiekun sprawności fizycznej) (GymnastiktrainerIn (FitnessbetreuerIn))
Nauczyciel gimnastyki sportowej (SportgymnastiklehrerIn)

Trener Vital (m/k) (Vitalcoach (m/w))
Opiekun odnowy biologicznej (WellnessbetreuerIn)
Trener odnowy biologicznej (m/k) (Wellnesscoach (m/w))
Trener odnowy biologicznej (WellnesstrainerIn)

Trener zdrowia i dobrego samopoczucia (Gesundheits- und WellnesstrainerIn)
Trener zdrowia (GesundheitstrainerIn)
Trener zdrowia dzieci (KindergesundheitstrainerIn)
Starszy trener ds. zdrowia (SeniorengesundheitsstrainerIn)
Trener odnowy biologicznej, urody i sylwetki (Opiekun sprawności fizycznej) (Wellness, Beauty und Figurcoach (FitnessbetreuerIn))
Trener kręgosłupa (WirbelsäulentrainerIn)

Konsultant fitness (FitnessberaterIn)
Trener indywidualny (m/k) (Individual Coach (m/w))
Trener osobisty (Personal-TrainerIn)

Kierownik fitnessu (FitnessmanagerIn)
Kluczowy asystent (VitalassistentIn)

Instruktor Fitness (FitnesslehrerIn)
Instruktor fitness (FitnesslehrwartIn)
Edukator fitness (Fitnesspädagoge/-pädagogin)

Energetyk (Opiekun sprawności fizycznej) (EnergetikerIn (FitnessbetreuerIn))
Trener relaksu (EntspannungstrainerIn)
Nauczyciel Feldenkraisa (FeldenkraislehrerIn)
Kinezylog/Kinezylog (Kinesiologe/Kinesiologin)
Trener pilatesu (PilatesstrainerIn)
Nauczyciel Qigong (QigonglehrerIn)
Trener Qigong (QigongtrainerIn)
Nauczyciel jogi (YogalehrerIn)
Trener jogi (YogatrainerIn)

Instruktor aerobiku (AerobicinstruktorIn)
Instruktor aerobiku (AerobiclehrerIn)
Trener aerobiku (AerobictrainerIn)

Trener na świeżym powietrzu (OutdoortrainerIn)

Specjalista ds. promocji zdrowia w pracy (m/k) (Fachkraft für betriebliche Gesundheitsförderung (m/w))

Trener cardio (CardiotrainerIn)

Trener zapobiegania wypaleniu zawodowemu (Burnout-Prophylaxe-TrainerIn)

Trener zdrowia w biznesie (m/k) (Business Health Coach (m/w))

Nauczyciel medytacji i uważności (Meditations- und AchtsamkeitslehrerIn)

Trener MANDU (m/k) (M.A.N.D.U. Coach (m/w))

Trener mentalny (MentaltrainerIn)

Trener Crossfitu (Crossfit TrainerIn)

Trener Zumby (Zumba TrainerIn)

Trener Nordic Walking (Nordic Walking TrainerIn)

Trenażer spinningu (Spinning TrainerIn)

Trener VR (m/k) (Opiekun sprawności fizycznej) (VR-Coach (m/w) (FitnessbetreuerIn))

Zawody pokrewne

(Verwandte Berufe)

- Animator (AnimateurIn)
- Trener sportowy (SporttrainerIn)

Przydział do obszarów i grup zawodowych BIS

(Zuordnung zu BIS-Berufsbereichen und -obergruppen)

Turystyka, hotelarstwo, wypoczynek (Tourismus, Gastgewerbe, Freizeit)

- Sport, wychowanie fizyczne (Sport, Sportunterricht)

Przydział do klasyfikacji zawodowej AMS (sześciocyfrowy)

(Zuordnung zu AMS-Berufssystematik (Sechssteller))

- 880103 Nauczyciel gimnastyki (Sportgymnastiklehrer/in)
- 880113 Trener zdrowia i dobrego samopoczucia (trener fitness) (Gesundheits- und Wellnesstrainer/in (Fitnesstrainer/in))
- 880122 Opiekun sprawności fizycznej (Fitnessbetreuer/in)
- 880123 Trener aerobiku (instruktor aerobiku) (Aerobic-Trainer/in (Aerobic-Instruktor/in))
- 880180 Opiekun sprawności fizycznej (Fitnessbetreuer/in)

Informacje w leksykonie zawodowym

(Informationen im Berufslexikon)

-  Aerobic-TrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  FitnessbetreuerIn (Lehre)
-  FitnesstrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  FitnesstrainerIn (Schule)
-  GymnastiktrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  KinesiologIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  Outdoor-TrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  Personal-TrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  PilatesstrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)

-  Qi-Gong-LehrerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  WellnesstrainerIn (Kurz-/Spezialausbildung)
-  WellnesstrainerIn (Schule)
-  Yoga-LehrerIn (Kurz-/Spezialausbildung)

Informacje w kompasie treningowym

(Informationen im Ausbildungskompass)

-  Opiekun sprawności fizycznej (FitnessbetreuerIn)



Tekst został przetłumaczony automatycznie z języka niemieckiego. Terminy niemieckie podano w nawiasach. TA USŁUGA MOŻE OBEJMOWAĆ TŁUMACZENIA DOSTARCZANE PRZEZ GOOGLE. GOOGLE ZRZEKA SIĘ WSZELKIEJ ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA TŁUMACZENIA, WYRAŻNE LUB DOROZUMIANE, W TYM WSZELKIEJ ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA DOKŁADNOŚĆ, NIEZAWODNOŚĆ I WSZELKIEJ DOROZUMIANEJ ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA WYDAJNOŚĆ RYNKU I WYŁĄCZENIE ODPOWIEDZIALNOŚCI.

Der Text wurde automatisiert aus dem Deutschen übersetzt. Die deutschen Begriffe werden in Klammern angezeigt.

DIESER DIENST KANN ÜBERSETZUNGEN ENTHALTEN, DIE VON GOOGLE BEREITGESTELLT WERDEN. GOOGLE SCHLIEßT IN BEZUG AUF DIE ÜBERSETZUNGEN JEGLICHE HAFTUNG AUS, SEI SIE AUSDRÜCKLICH ODER STILLSCHWEIGEND, EINSCHLIEßLICH JEGLICHER HAFTUNG FÜR DIE GENAUIGKEIT, ZUVERLÄSSIGKEIT UND JEGLICHE STILLSCHWEIGENDE HAFTUNG FÜR DIE MARKTGÄNGIGKEIT, EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK UND NICHTVERLETZUNG FREMDER RECHTE.

Ten profil zawodowy został zaktualizowany 21. November 2025 . (Dieses Berufsprofil wurde aktualisiert am 21. November 2025.)