

ZERTIFIKAT

José Peisler

erwarb durch erfolgreich abgelegte Prüfungen die

Fitnesstrainer C-Lizenz inklusive **FITNESS - FÜHRERSCHEIN**

José erwarb durch den Kurs folgende Kenntnisse:

Trainingsprinzipien & Belastungsnormative (1UE)
Reizschwelligengesetz (1UE)
Aktiver und passiver Bewegungsapparat (1UE)
Gelenke & Bewegungsrichtungen (1UE)
Herz-Kreislauf-System (1UE)
Blutkreislauf (1UE)
Laktat & Muskelkater (1UE)
Trainingsmethoden im Ausdauertraining (1UE)
Nervensystem (1UE)
Sport & Immunsystem (1UE)
Kommunikation & Körpersprache (1UE)
Verletzungen & 1. Hilfe (1UE)



José hat während des Lehrgangs zum Erwerb des FITNESS-FÜHRERSCHEINS sechs Prüfungen mit jeweils 90% bestanden sowie mit sechs beantworteten Leistungstests exzellenten Kenntnisstand bewiesen.

Die Abschlussprüfung zur Fitnesstrainer C-Lizenz hat José mit Auszeichnung nach 12UE bestanden.

Hamburg, den 03.12.2022



Christian Jendricke
geschäftsführender Inhaber