



Bewegung zum Beruf machen

Berufe/Funktionen



Inhalt

Editorial 5

Bewegung als Beruf – fit in die Zukunft..... 7

Bewegungsberufe im Überblick	8
Das Schweizer Bildungssystem.....	9
Gut zu wissen	12
Einstieg oder Umstieg in die Bewegungsbranche	12
Sport in der Schule unterrichten	14
Die Breitensport-Ausbildungen J+S und esa.....	15
Trainerin/Trainer werden im Leistungs- und Spitzensport ...	16
Älter werden in Bewegungsberufen	17
Weitere Berufe mit Bewegung.....	18
Tätigkeitsfelder im Bewegungsbereich.....	20

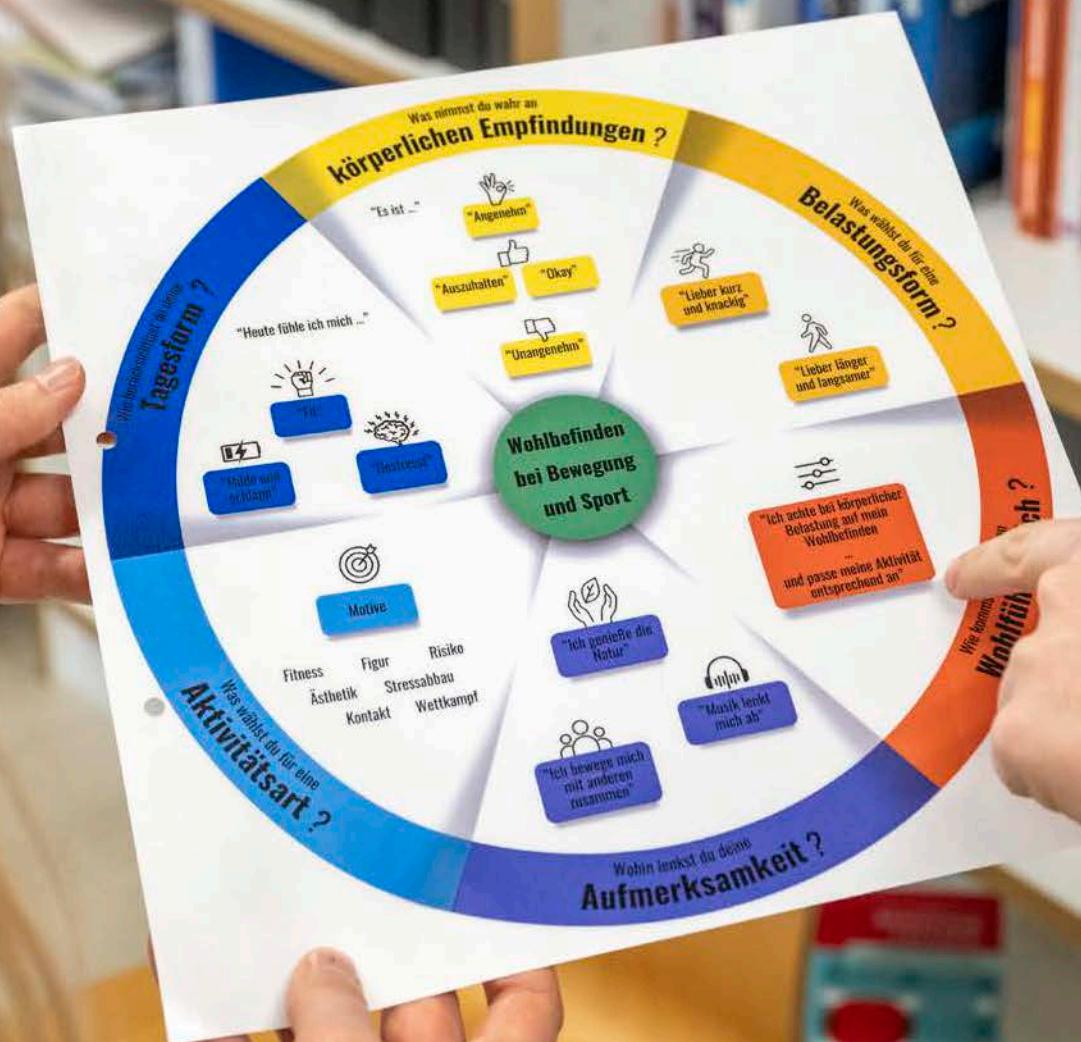
Berufe, Funktionen, Studiengänge..... 23

Zum Beispiel..... 43

Reto Zürcher, Kletterkurs-Leiter und Ausbildungs- verantwortlicher	44
Lea Reimann, wissenschaftliche Mitarbeiterin Bewegungs- und Sportförderung	46
David Meister, Leiter SFV-Ausbildungszentrum Biel (BE), Trainer Leistungssport BP.....	48
Michèle Studer, Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP.....	50

Medien und Links 53

Ergänzende Adressen	53
---------------------------	----



Editorial

Sie möchten Ihre Passion zum Beruf machen? Mit Bewegung Geld verdienen und sich beruflich verwirklichen? Falls Sie dazu konkrete Fragen haben, finden Sie in diesem Heft hoffentlich Antworten. Oder Sie wissen noch nicht genau, wohin die Reise gehen soll? Dann betrachten Sie das Heft als Reiseprospekt: Lassen Sie die beruflichen Destinationen auf sich wirken, studieren Sie die Ausbildungswege. Und finden Sie so vielleicht Ihr neues Berufsziel.

Diese Publikation richtet sich in erster Linie an Personen, die bereits eine abgeschlossene Vorbildung haben und sich für eine Weiterbildung, eine zweite berufliche Grundbildung oder ein Studium im Bereich Bewegung und Sport interessieren.

Im Kapitel **Gut zu wissen** werden die wichtigsten Fragen rund um die Arbeit in der Bewegungswelt thematisiert. Unter anderem: Welche Tätigkeitsfelder gibt es? Wie gestaltet sich der Einstieg oder Umstieg in die Bewegungsbranche? Zudem erfahren Sie, was es mit den Sportförderprogrammen J+S und esa auf sich hat, wie man Trainerin oder Trainer im Leistungssport wird oder welche Ausbildung es braucht, um Sport an einer Schule zu unterrichten.

Im Zentrum des Hefts stehen **Berufe, Funktionen und Studiengänge** im Bewegungsbereich. Sie finden Beschreibungen zu Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten in der deutschsprachigen Schweiz – von der beruflichen Grundbildung (Lehre) bis zum Hochschulstudium. Ergänzend wird eine Auswahl an Berufsfunktionen vorgestellt.

Im Kapitel **Zum Beispiel** gewähren Berufsleute Einblick in ihren Berufsalltag und ihren Werdegang. Erfahren Sie, wie ein Kletterkurs-Leiter zu seiner Leidenschaft gefunden hat, weshalb eine Fitnessstrainerin nicht auf jeden Trend aufspringen kann, welche Aufgaben ein Leistungssport-Trainer wahrnimmt und wie der Alltag einer wissenschaftlichen Mitarbeiterin in der Bewegungsförderung aussieht. Finden Sie Parallelen zu Ihrem Leben?

Die wichtigsten **Medien und Links** für weiterführende Recherchen finden Sie am Ende des Hefts.

Falls Sie diese Publikation nicht gerade druckfrisch in den Händen halten, prüfen Sie, ob sich Ausbildungen verändert haben, ob neue hinzugekommen sind. Und denken Sie daran: Das Leben ist ein Marathon, kein Sprint. In diesem Sinn wünsche ich Ihnen viel Ausdauer und Motivation und alles Gute für Ihre weitere berufliche Laufbahn.

Felix Stalder
Informationsspezialist BIZ Kanton Bern
Verantwortlicher Fachredaktor für dieses Heft



Bewegung als Beruf – fit in die Zukunft

Sie bewegen sich gerne? Interessieren sich für Körper und Gesundheit? Können andere begeistern? Dann bringen Sie gute Voraussetzungen mit, um Bewegung zum Beruf zu machen. Die möglichen Tätigkeiten und die Arbeitsorte sind endlos: Vom dröhnen Stadion bis ins stille Labor, von Qigong bis an den Olympia-Wettkampf, vom Tauchbecken bis auf die Skipiste.

Dieses Heft soll Ihnen zur Inspiration dienen: Welche Berufe gibt es? Wie komme ich dorthin? Wie haben es andere gemacht? Sind Sie bereit, in die Welt der Bewegung einzutauchen, vielleicht sogar einen beruflichen Neustart zu wagen? Die Bahn gehört Ihnen.

www.berufsberatung.ch/laufbahn



Plattform zu Laufbahnfragen mit kurzen Fragebögen zur Standortbestimmung und zahlreichen Informationsseiten zu Arbeitsmarkttrends und Weiterbildungsmöglichkeiten

www.berufsberatung.ch/branchen



Überblick über die Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten in den einzelnen Branchen

Bewegungsberufe im Überblick

Berufliche Grundbildung	Bühnentänzer/in EFZ	Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ
Höhere Berufsbildung	Bergführer/in BP Bewegungspädagoge/-pädagogin HF Bühnentänzer/in HF Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP Spezialist/in Bewegungs- u. Gesundheitsförderung BP Sportartenschulleiter/in HFP Sportartenlehrer/in BP: <ul style="list-style-type: none"> • Eislauflerher/in BP • Golflehrer/in BP • Ju-Jitsu-Lehrer/in BP • Judo-Lehrer/in BP • Kanulehrer/in BP • Karatelehrer/in BP 	Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ <ul style="list-style-type: none"> • Kletterlehrer/in BP • Mountainbikelehrer/in BP • Paartanzlehrer/in BP • Runninglehrer/in BP • Schwimmsportlehrer/in BP • Segellehrer/in BP • Solotanzlehrer/in BP • Tennislehrer/in BP • Windsurflehrer/in BP Schneesportlehrer/in BP Trainer/in Leistungssport BP Trainer/in Spitzensport HFP Wanderleiter/in BP
Hochschulen	Bühnentänzer/in FH Musik- und Bewegungspädagoge/-pädagogin FH (Sport-)Lehrer/in Vorschul- und Primarstufe, Sekundarstufe I oder II PH, UNI, ETH	Schauspieler/in FH (Bewegungstheater) Sportmanager/in Sportwissenschaftler/in FH, UNI, ETH
Funktionen / Spezialisierung (Auswahl)	Behindertensportleiter/in Bewegungs- und Körpertherapeut/in Erlebnispädagoge/-pädagogin Erwachsenensportleiter/in esa Gesundheitsförderer/-förderin J+S-Leiter/in, J+S-Experte/-Expertin (Jugend+Sport) Musicaldarsteller/in Nordic Walking Instructor Outdoor Guide Personal Trainer	Pilatestrainer/in, Pilates-Kursleiter/in Qi Gong Kursleiter/in Schwimminstruktor/in Sportkoordinator/in Stuntman/Stuntwoman Tanzpädagoge/-pädagogin Tauchlehrer/in Trainer/in Fitness und Bewegung Yoga-Therapeut/in Zirkusartist/in

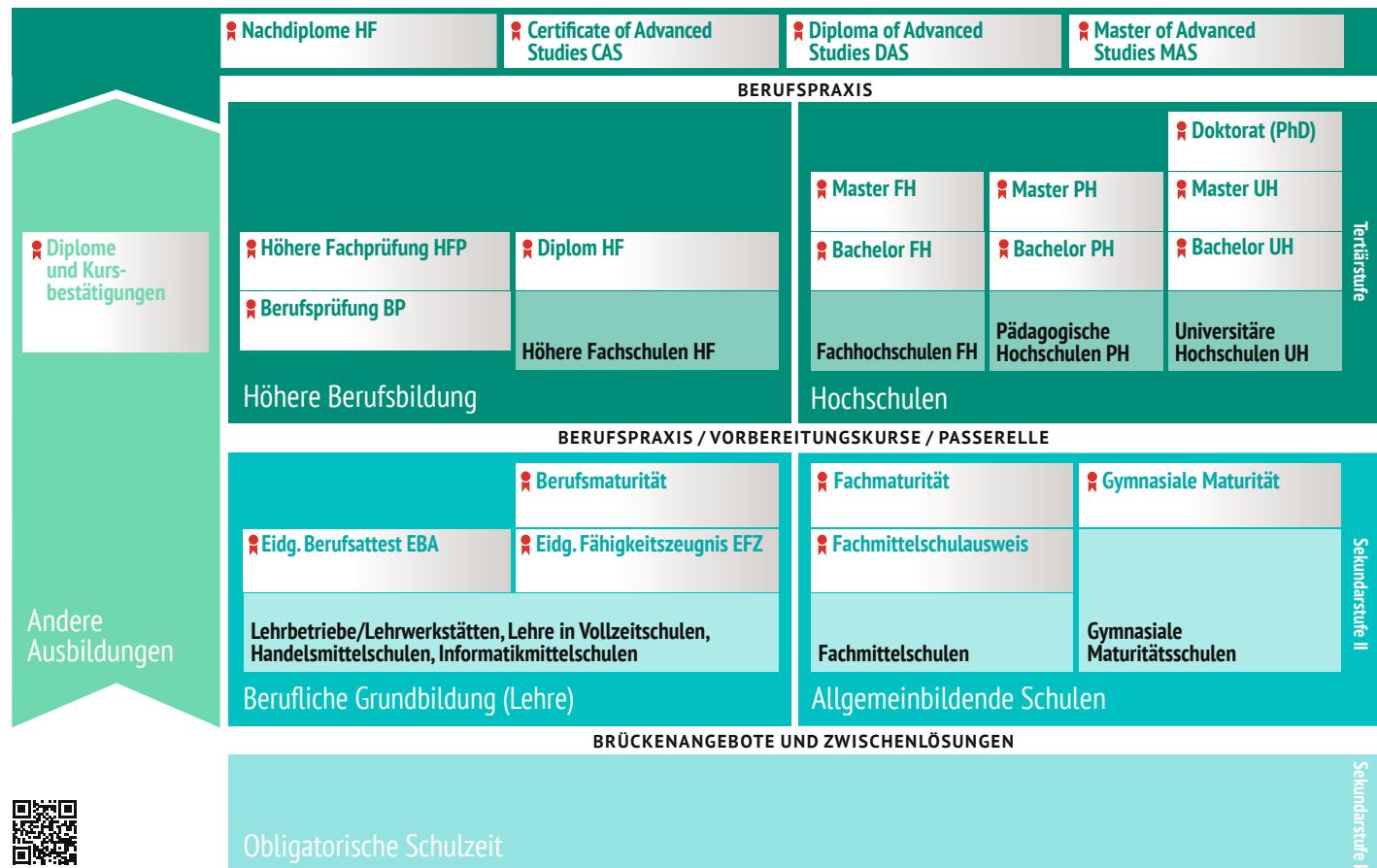
Die hier aufgeführten Berufe werden im Kapitel «Berufe, Funktionen, Studiengänge» näher beschrieben.



www.berufsberatung.ch/berufssuche

Informationen zu den hier aufgeführten sowie zu weiteren Berufen

Das Schweizer Bildungssystem



Eidgenössisches Berufsattest (EBA)
 Die zweijährige berufliche Grundbildung schliesst mit einem eidgenössischen Berufsattest (EBA) ab und stellt schulisch einfachere Anforderungen an die Lernenden als die drei- oder vierjährigen Berufslehren EFZ. Die Ausbildung findet in der Regel an den drei Lernorten Lehrbetrieb, Berufsfachschule und überbetriebliches Kurszentrum statt. Wer die berufliche Grundbildung mit Berufsattest EBA mit guten Noten abschliesst, kann je nach Beruf in das zweite Lehrjahr der anspruchsvolleren beruflichen Grundbildung EFZ einsteigen.

Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ)

Die drei- oder vierjährige berufliche Grundbildung schliesst mit dem eidge-

nössischen Fähigkeitszeugnis (EFZ) ab. Die Dauer unterscheidet sich je nach Beruf. Die Ausbildung findet in der Regel an den drei Lernorten Lehrbetrieb, Berufsfachschule und überbetriebliches Kurszentrum statt. Die berufliche Grundbildung EFZ eröffnet den Zugang zu vielen Weiterbildungen auf Stufe höhere Berufsbildung, zum Beispiel zu eidgenössischen Prüfungen (Berufsprüfung und höhere Fachprüfung) oder zu Bildungsängen an höheren Fachschulen.

Berufsabschluss für Erwachsene

Für Personen ohne berufliche Grundbildung gibt es verschiedene Wege, ein eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ) oder ein eidgenössisches Berufsattest (EBA) zu erwerben:

- die Zulassung zur Abschlussprüfung
- die Validierung von Bildungsleistungen
- die verkürzte berufliche Grundbildung
- die berufliche Grundbildung

Die Voraussetzungen und das Vorgehen für die vier Wege sind unterschiedlich.

www.berufsberatung.ch/berufsabschluss-nachholen

Berufsmaturität (BM)

Bei sehr guten schulischen Leistungen kann während oder nach der beruflichen Grundbildung EFZ zusätzlich die Berufsmaturitätsschule besucht werden. Die Berufsmaturität vermittelt eine erweiterte Allgemeinbildung und ermöglicht das Studium an einer Fachhochschule, je nach Studienrich-

tung prüfungsfrei oder mit Aufnahmeverfahren. Berufsmaturandinnen und Berufsmaturanden haben die Möglichkeit, sich mit der sogenannten «Passerelle» auf eine Ergänzungsprüfung vorzubereiten, die ihnen den Zugang zu universitären und Pädagogischen Hochschulen verschafft.

Gymnasiale Maturität

Gymnasiale Bildungsgänge zielen auf eine breite und vertiefte Allgemeinbildung. Sie schliessen mit einem eidgenössisch anerkannten gymnasialen Maturitätsausweis ab, welcher den direkten Eintritt an die universitären und Pädagogischen Hochschulen ermöglicht. Die Zulassung zu den Fachhochschulen ist mit Zusatzleistungen verbunden. Die Dauer der Lehrgänge variiert von Kanton zu Kanton zwischen drei und sechs Jahren. Erwachsene können die Maturität auf dem zweiten Bildungsweg nachholen, indem sie eine vorbereitende öffentliche oder private Schule besuchen oder sich direkt für die schweizerische Maturitätsprüfung anmelden.

Fachmittelschulen (FMS)

und Fachmaturität

Die dreijährige Fachmittelschulausbildung schliesst mit einem schweizerisch anerkannten Fachmittelschulausweis ab und bereitet auf eine Ausbildung an einer höheren Fachschule vor, zum

Beispiel in den Berufsfeldern Gesundheit, Soziales, Pädagogik. Mit einer einjährigen Zusatzausbildung kann die Fachmaturität erworben werden, welche den Zugang zu bestimmten Studiengängen an Fachhochschulen und pädagogischen Hochschulen ermöglicht, je nach Studienrichtung prüfungsfrei oder mit Aufnahmeverfahren. Fachmaturandinnen und Fachmaturanden haben die Möglichkeit, sich mit der sogenannten «Passerelle» auf eine Ergänzungsprüfung vorzubereiten, die ihnen den Zugang zu universitären und Pädagogischen Hochschulen verschafft.

Berufsprüfung (BP)

Die Berufsprüfung führt zu einem eidgenössischen Fachausweis. Dieser bestätigt, dass Absolventinnen und Absolventen über die nötigen beruflichen Kenntnisse verfügen, um eine Vorgesetztenfunktion zu übernehmen oder eine Funktion zu erfüllen, die fachlich wesentlich höhere Anforderungen stellt als die berufliche Grundbildung. Voraussetzungen für die Zulassung zu einer Berufsprüfung sind in der Regel eine abgeschlossene berufliche Grundbildung oder eine vergleichbare Ausbildung und Berufspraxis im entsprechenden Fachgebiet von meist zwei bis drei Jahren. Die Vorbereitung auf eine Berufsprüfung erfolgt in berufsbegleitenden Kursen.

Höhere Fachprüfung (HFP)

Mit der höheren Fachprüfung erwerben Berufsleute ein eidgenössisches Diplom, das sie für Kaderstellen qualifiziert, die sehr gute Fach- und Führungskenntnisse verlangen. Voraussetzungen für die Zulassung zu einer höheren Fachprüfung sind eine bestandene Berufsprüfung oder eine andere anerkannte Vorbildung sowie mehrjährige Berufspraxis im entsprechenden Fachgebiet von in der Regel vier bis acht Jahren. Die Vorbereitung auf eine eidgenössische höhere Fachprüfung erfolgt in berufsbegleitenden Kursen.

Direkte Bundesbeiträge für die höhere Berufsbildung

Zur Vorbereitung auf eine eidgenössische Berufsprüfung (BP) oder eine eidgenössische höhere Fachprüfung (HFP) bieten die Berufsverbände sowie öffentliche oder private Schulen meist spezielle Kurse an, die berufsbegleitend besucht werden können. Nicht selten ist der Besuch der Kurse Bedingung für die Zulassung zur Prüfung. Wer einen solchen Vorbereitungskurs besucht, kann beim Bund einen Antrag zur Kostenbeteiligung stellen. In der Regel wird etwa die Hälfte der Kurskosten zurückerstattet. Weitere Informationen finden Sie unter:

www.sbfi.admin.ch/bundesbeitraege





Höhere Fachschulen (HF)

Die Bildungsgänge von höheren Fachschulen vermitteln Studierenden Kompetenzen, die sie befähigen, in ihrem Bereich selbstständig Fach- und Führungsverantwortung zu übernehmen. Voraussetzung für den Besuch einer höheren Fachschule ist in der Regel eine abgeschlossene berufliche Grundbildung, ein Fachmittelschulausweis oder eine gleichwertige Qualifikation im entsprechenden oder in einem verwandten Bereich. Zudem sind je nach Bereich Eignungsverfahren zu absolvieren. Die Bildungsgänge HF sind praxisorientiert und vermitteln in erster Linie Fachwissen des jeweiligen Bereichs. Sie werden als Vollzeit- und/oder berufsbegleitende Studien angeboten. Nachdiplomstudien (NDS) HF erlauben den Studierenden eine weitere Spezialisierung und/oder Vertiefung. Sie sind in der Regel berufsbegleitend und dauern etwa ein Jahr.

Fachhochschulen (FH)

Fachhochschulen bieten in mehrjährigen, mehrheitlich vollzeitlichen Ausbildungsgängen eine breite Aus- und Weiterbildung an. Fachhochschulabgängerinnen und -abgänger sind sehr gut qualifizierte Spezialistinnen und Spezia-

listen. Sie arbeiten auf allen Kaderstufen. Zulassungsvoraussetzung für die Aufnahme ist in der Regel eine abgeschlossene berufliche Grundbildung mit Berufsmaturität oder eine Fachmaturität. Wer keine einschlägige Berufspraxis hat wie zum Beispiel Personen mit einer gymnasialen Maturität, muss in der Regel eine mindestens einjährige praktische Tätigkeit in einem der Studienrichtung entsprechenden Bereich absolvieren. Für viele Studiengänge werden zudem Aufnahmeverfahren durchgeführt.

Pädagogische Hochschulen (PH)

Die Ausbildung zur Lehrperson für die Vorschul-, die Primar- und die Sekundarstufe I erfolgt in den meisten Fällen an Pädagogischen Hochschulen. Für die prüfungsfreie Zulassung wird in der Regel eine gymnasiale Maturität oder aber eine Berufs- oder Fachmaturität mit erfolgreich absolviertem Passerellenprogramm verlangt. Kandidatinnen und Kandidaten mit einer Fachmaturität Pädagogik werden prüfungsfrei zum Studiengang Vorschul- und Primarstufe zugelassen. Nach Bestehen einer Prüfung haben zum Teil auch Inhaberinnen und Inhaber anderer Abschlüsse Zugang zu einer Pädagogischen Hochschule.

Universitäre Hochschulen (UH)

Im Unterschied zu den Fachhochschul-Studiengängen sind die Uni- und ETH-Studien stärker theoretisch und wissenschaftlich ausgerichtet. Wer ein solches Studium absolvieren will, braucht in der Regel eine gymnasiale Maturität. Zum Studium zugelassen wird auch, wer über eine Berufs- oder Fachmaturität mit erfolgreich absolviertem Passerellenprogramm verfügt oder wer einen Bachelorabschluss einer anerkannten Schweizer Fachhochschule oder Pädagogischen Hochschule vorweisen kann.

Bachelor und Master

Bachelor und Master sind die Hochschulabschlüsse an Fachhochschulen, Pädagogischen Hochschulen und Universitäten/ETH. Der Bachelor ist der Abschluss nach einer Studienzeit von mindestens drei Jahren. An den Fachhochschulen ist der Bachelor meist der berufsqualifizierende Regelabschluss. Der Master ist ein auf einem Bachelor aufbauender Abschluss nach einem weiteren, vertiefenden Studium von eineinhalb bis zwei Jahren. An Universitäten/ETH ist der Master der Regelabschluss. Der «konsekutive» Masterstudiengang schliesst an das gleichnamige Bachelorstudium an. Der «spezialisierte» Master ist meist ein fächerübergreifender Studiengang mit einem thematischen Schwerpunkt. Beide Masterabschlüsse dürfen nicht mit dem Weiterbildungsstudiengang Master of Advanced Studies (MAS) verwechselt werden.

Certificate of Advanced Studies (CAS)

Mit Certificate of Advanced Studies (CAS) werden berufsbegleitende Weiterbildungslehrgänge bezeichnet, für die mindestens 300 Stunden aufgewendet werden müssen.

Diploma of Advanced Studies (DAS)

Mit Diploma of Advanced Studies (DAS) werden berufsbegleitende Weiterbildungslehrgänge bezeichnet, für die mindestens 900 Stunden aufgewendet werden müssen.

Master of Advanced Studies (MAS)

Mit Master of Advanced Studies (MAS) werden meist berufsbegleitende Weiterbildungsstudiengänge bezeichnet, für die mindestens 1800 Stunden aufgewendet werden müssen.

Einstieg oder Umstieg in die Bewegungsbranche

Berufliche Grundbildung

Den direktesten Weg in den Bewegungs- und Gesundheitsbereich bietet das eidgenössische Fähigkeitszeugnis Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ, das vielfältige Kenntnisse in Anatomie, Physiologie, Ernährung und Trainingslehre vermittelt. Berufsleute können sich mit der Berufsprüfung Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP weiterqualifizieren. Darauf aufbauend können sie die höhere Fachprüfung Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP absolvieren. Je nach gewählter Fachrichtung bauen sie Kundennetzwerke auf oder führen ein Fitness- und Bewegungsunternehmen. Ebenfalls zu den Bewegungsberufen zählen in diesem Heft die Ausbildungen im Bühnentanz auf verschiedenen Bildungsstufen (berufliche Grundbildung, höhere Fachschule, Fachhochschule) für Personen, die am künstlerischen Ausdruck interessiert sind. Mehr Informationen zu den Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten finden Sie beim Berufsverband der Schweizer Tanzschaffenden: www.dancesuisse.ch

Studium

Ein Hochschulstudium verlangt neben einer Berufs-, Fach- oder gymnasialen Maturität die Bereitschaft, sich theoretisch und konzeptuell mit den Themen Sport und Bewegung auseinanderzusetzen. Je nach Hochschule variieren die Studien schwerpunkte (zum Beispiel Sportmanagement, Prävention und Gesundheitsförderung), ein Vergleich lohnt sich. Ein Sportstudium fordert nicht nur den Kopf: Motorische und polysportive Fähigkeiten sind in der Regel Pflicht und müssen bereits vor dem Studium an einer Eignungsprüfung unter Beweis gestellt werden.

Einstieg via höhere Berufsbildung

Im Sportbereich ist die Freiwilligenarbeit weit verbreitet und dient oft als Sprungbrett in einen entlohnten Bewegungsberuf. Der Weg kann hier zum Beispiel über die Abschlüsse der höheren

Berufsbildung erfolgen. Eidgenössisch anerkannte Abschlüsse gibt es zum Beispiel für diverse Sportarten im Breitensport. So etwa die Berufsprüfungen Bergführer/in BP oder Schneesportlehrer/in BP wie auch die Ausbildung Sportartenlehrer/in BP, die in verschiedenen Richtungen existiert (zum Beispiel Eisläufer, Golf, Kanu, Tennis). Um zu den Prüfungen zugelassen zu werden, ist praktische Berufserfahrung nötig sowie

das theoretische Wissen aus den Vorbereitungskursen. Auch die Weiterbildung zur Trainerin oder zum Trainer Leistungssport BP beziehungsweise Spitzensport HFP sind oft gewählte Karrierewege. In den Porträts am Ende des Hefts können Sie einen Trainer Leistungssport kennen lernen. Chancen auf einen nebenberuflichen Einstieg bieten zwei Branchenzertifika-



te, die für Quereinsteigende entwickelt wurden: «Trainer/in Fitness- und Gesundheitstraining» und «Trainer/in Körper- und Bewegungsschulung». Die Branchenzertifikate sind anerkannte Zwischenabschlüsse auf dem Weg zur Berufsprüfung Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP. Bei allen eidgenössischen Abschlüssen der höheren Berufsbildung gilt, dass sich der Bund finanziell beteiligt. Weitere Informationen finden Sie unter:

www.sbs.admin.ch/bundesbeitraege

Vielfältig sind die möglichen Tätigkeiten und Arbeitsorte der Bewegungspädagoginnen und Bewegungspädagogen HF. Themen der vierjährigen Teilzeitausbildung sind Körperwahrnehmung, Bewegungsgestaltung und Gesundheit.

Weitere Informationen zu den aufgeführten eidgenössisch anerkannten Ausbildungen finden Sie im Kapitel «Berufe, Funktionen, Studiengänge».

Kurse, Fachausbildungen, Lehrgänge, lizenzierte Programme

Ein eidgenössisch anerkannter Abschluss empfiehlt sich allen, die Bewegung zum Hauptberuf machen wollen. Er gewährt Zugang zu weiteren Ausbildungen und hilft, sich in der Branche besser zu positionieren. Aber auch nicht eidgenössisch anerkannte Aus- und Weiterbildungen können auf dem Markt wertvoll sein und ein berufliches Standbein ermöglichen. Es existiert eine Vielzahl an Fachausbildungen, Lehrgängen und Kursen in etlichen Bewegungsrichtungen, oft mit Zusätzen wie «Trainer/in», «Instruktor/in» oder «Leiter/in» (zum Beispiel Pilates-Instruktor/in, Aquafit-Leiter/in). Hinzu kommen zahlreiche markenrechtlich geschützte Programme, Beispiele sind: CrossFit®, deepWORK®, Les Mills®. Um die Programme unter dem geschützten Namen anbieten zu dürfen, muss eine entsprechende Ausbildung besucht und meist auch eine Lizenz gelöst werden, verbunden oft mit



einer Weiterbildungspflicht. Das kann Zeit und Geld kosten und sollte genau geprüft werden.

Selbstständigkeit

In der nicht reglementierten Fitnessbranche kann man oft nach wenigen Kurseinheiten Unterricht erteilen. Eine Anstellung erfolgt meist nur stundenweise zu den Kurszeiten. Oft werden Kurse auch auf selbstständiger Basis angeboten.

Viele Krankenkassen beteiligen sich über die Zusatzversicherung an den Kosten für gesundheitsorientierte Kurse. Details dazu finden Sie auf den Websites der relevanten Zertifizierungsstellen im Bereich Fitness, Bewegung und gesundheitsorientiertem Training:

www.emfit.ch

www.qualicert.ch

www.qualitop.ch

www.fitness-guide.ch

Nützliche Links

[www.berufsberatung.ch/
selbststaendigkeit](http://www.berufsberatung.ch/selbststaendigkeit)

Informationen, wichtige Fragestellungen und Links zur Planung einer selbstständigen Erwerbstätigkeit und Firmengründung.



www.berufsberatung.ch/awd

Die grösste Weiterbildungsdatenbank der Schweiz mit zahlreichen Filtermöglichkeiten.



www.berufsberatung.ch/biz

Möchten Sie Ihre Laufbahnüberlegungen mit einer Fachperson besprechen? Hier finden Sie die Adressen der kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungsstellen der Schweiz.



Sport in der Schule unterrichten

Voraussetzung für eine Lehrbefähigung für die Schule ist der Abschluss einer Pädagogischen Hochschule (PH), je nach angestrebter Stufe ist zuvor ein Sportstudium nötig. Wer Sport an einer Schule unterrichtet, tut dies meist in Kombination mit anderen Fächern.

Lehrer/in Vorschulstufe und Primarstufe

Lehrpersonen für die Vorschulstufe und Primarstufe arbeiten in Kindergärten, oder sie unterrichten Schülerinnen und Schüler von der 1. bis 6. Klasse in mehreren Fächern, wovon eines Sport sein kann.
Ausbildung: Bachelorstudium (Vollzeit 3 Jahre oder Teilzeit) an einer Pädagogischen Hochschule. Je nach Hochschule kann sich die Lehrbefähigung unterscheiden (zum Beispiel Vorschule + 1./2. Klasse; Vorschule bis 6. Klasse). Verschiedene Pädagogische Hochschulen bieten Programme für den Quereinstieg als Lehrperson an. Informieren Sie sich direkt bei den Hochschulen: www.berufsberatung.ch/ph

Lehrer/in Sekundarstufe I

Lehrpersonen für die Sekundarstufe I unterrichten Jugendliche der Oberstufe (7. bis 9. Klasse) in drei bis vier Fächern. Sport kann eines davon sein.

Ausbildung: Bachelor- und Masterstudium (Vollzeit 4,5 Jahre oder Teilzeit) an einer Pädagogischen Hochschule,

vereinzelt auch Universität. Je nach Hochschule ist der Einstieg in den Master auch mit einem fachverwandten Bachelor möglich. Die Fächerkombinationen können je nach Pädagogischer Hochschule variieren.

Lehrer/in Sekundarstufe II

Lehrpersonen auf dieser Stufe unterrichten an Gymnasien, Fachmittelschulen, Berufsmaturitätsschulen oder an Berufsfachschulen. Nötig ist eine fachwissenschaftliche Ausbildung (Studium) im Bereich Bewegung/Sport sowie ein Lehrdiplom für Maturitätsschulen und/oder eine Zusatzqualifikation in Berufspädagogik. Sport ist nicht vom Lehrpersonenmangel betroffen, daher ist es sinnvoll, ein Diplom eines Zweitfachs zu erwerben.

Ausbildung:

Maturitätsschulen: Bachelor- und Masterstudium (Vollzeit 5 Jahre) in Bewegungs- und Sportwissenschaft (UNI) oder Gesundheitswissenschaften und Technologie (ETH) oder Bachelor und Master FH Sportwissenschaften (Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen) sowie Lehrdiplom für Maturitätsschulen (PH/UNI/ETH, 1 Jahr). An einzelnen Hochschulen kann ein kombiniertes Lehrdiplom für die Sekundarstufe I und II erlangt werden.

Berufsfachschulen: Um an Berufsfachschulen Sport zu unterrichten, ist in der Regel ebenfalls ein Hochschulabschluss in Sport

Häufige Fragen

Kann ich auch ohne Lehrdiplom Sport in der Volksschule unterrichten

- In einigen Kantonen ist es möglich bzw. durch den Lehrpersonenmangel möglich geworden, auch ohne Lehrdiplom zu unterrichten (zum Beispiel Aargau, Bern, Zürich). Idealerweise wird das Lehrdiplom nachgeholt, je nach Kanton ist dies sogar zwingend.

Kann ich ein Lehrdiplom für die Volkschule auch nur im Fach Sport machen?

- Die Möglichkeit eines sogenannten Fachdiploms besteht an den meisten Pädagogischen Hochschulen. Der Aufwand dafür ist jedoch überproportional hoch. In der Regel ist es sinnvoller, das reguläre Lehrdiplom für mehrere Fächer zu erlangen. Dies erhöht auch die Arbeitsmarktchancen.

(UNI, ETH oder FH) sowie eine berufs-pädagogische Qualifikation nötig, in der Regel via Pädagogische Hochschule. Seit Kurzem bieten zudem die Pädagogische Hochschule St. Gallen und die Eidgenössische Hochschule für Berufsbildung (EHB) Diplomstudiengänge an, die zur Lehrbefähigung Sport in der beruflichen Grundbildung führen.

Für mehr Informationen konsultieren Sie die Websites der einzelnen Hochschulen sowie www.sportstudien.ch/ausbildung

Die regulären Ausbildungswwege für Sportlehrpersonen

Vorstufe und Primarstufe



Sekundarstufe I



Sekundarstufe II



Quelle: www.sportstudien.ch/ausbildung

Die Breitensport-Ausbildungen J+S und esa

Wer sich im Breitensport engagieren will, findet oftmals den Einstieg mit den Ausbildungen von Jugend und Sport (J+S) oder Erwachsenensport Schweiz (esa). Die beiden Sportförderprogramme des Bundes richten sich an Erwachsene, die mit Kindern und Jugendlichen beziehungsweise mit Erwachsenen arbeiten möchten. Nach dem Grundkurs ist die Weiterbildung zur Expertin oder zum Experten möglich und damit die Übernahme von eigener Aus- und Weiterbildungstätigkeit. Einige im Kapitel «Berufe, Funktionen, Studiengänge» vorgestellte Ausbildungen setzen J+S-Erfahrung voraus.

SVEB-Zertifikat

Für J+S- und esa-Expertinnen und -Experten mit viel Ausbildungserfahrung besteht die Möglichkeit, das in der Erwachsenenbildung verbreitete SVEB-Zertifikat «Ausbilder/in – Durchführung von Lernveranstaltungen» (früher «SVEB-Kursleiter/in») zu erlangen. Mehr Informationen dazu auf den Websites der Programme sowie auf www.alice.ch



	Jugend und Sport (J+S)	Erwachsenensport Schweiz (esa)
In Kürze	J+S fördert Bewegung und Sport bei Kindern und Jugendlichen im Alter von 5 bis 20 Jahren und deckt über 80 Sportarten ab, darunter populäre Sportarten wie Fussball, Schwimmen oder Skifahren, sowie weniger bekannte wie Orientierungslauf oder Rudern.	Die Zielgruppe von esa sind Erwachsene ab 20 Jahren. Das Sportförderprogramm wurde als Erweiterung zu J+S entwickelt, um die sportliche Betätigung auch im Erwachsenenalter zu steigern.
In Zahlen	über 80 Sportarten 120 000 anerkannte Leiterinnen und Leiter	rund 50 Fachdisziplinen 10 000 anerkannte Leiterinnen und Leiter
Tätigkeitsort	meist ehrenamtlich in der Vereinsarbeit mit Kindern und Jugendlichen, manchmal vergütet (z.B. in Sportlagern)	meist ehrenamtlich in Vereinen oder in der Gemeinde, manchmal kommerziell in Fitness- oder Gesundheits-einrichtungen oder an Sportveranstaltungen
Zulassung (Empfehlung und Mindestalter)	Empfehlung durch einen J+S-Coach der eigenen Organisation (z.B. Sportverein). Das 17. Altersjahr muss im Kursjahr vollendet werden. Sämtliche Zulassungsbedingungen finden Sie auf den Websites der Programme (siehe unten).	Empfehlung eines Organisators. Für den Leiterkurs muss das 18. Altersjahr im Kursjahr vollendet werden.
Grundausbildung	J+S-Leiter/in Dauer: 5–6 Tage Je nach Zielgruppe: • Allround: Kinder (5- bis 10-jährige) • Sportartspezifisch: Jugendliche (10- bis 20-jährige)	Erwachsenensportleiter/in esa Dauer: 6 Tage (Verkürzter Kurs für J+S-Leiter/innen)
Weiterbildungen	J+S Leiter/in mit Zusatz «Leistungssport» Dauer: 3–6 Tage (sportartspezifisch) J+S Experte/-Expertin Dauer: 8–9 Tage (sportartspezifisch) J+S-Coach Dauer: ½ –2 Tage	Experte/Expertin Erwachsenensport esa Dauer: 9 Tage (Verkürzter Kurs für J+S-Experten/-Expertinnen)
Websites der Programme	www.jugendundsport.ch	www.erwachsenen-sport.ch

Trainerin/Trainer werden im Leistungs- und Spitzensport

Sie führen Vereine an die Ligaspitze, Athletinnen und Athleten aufs Podest und sind mitverantwortlich für Erfolg oder Misserfolg im Wettkampf: Trainerinnen und Trainer im Leistungs- und Spitzensport. In der Schweiz führen zwei anerkannte Berufsausbildungen in das Traineramt: Die Berufsprüfung Trainer/in Leistungssport BP und die höhere Fachprüfung Trainer/in Spitzensport HFP. Die Vorbereitungsliegänge zu den Prüfungen werden an der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen (EHSM) angeboten und dauern berufsbegleitend jeweils rund zwei Jahre.

Trainer/innen Leistungssport BP
trainieren Athletinnen und Athleten jeden Alters auf regionalem und nationalem Niveau. Ziel ist deren optimale Leistungsentwicklung und die Vorbereitung auf Wettkämpfe.
Dauer: Je nach Vorbildung 20 bis 50 Kurstage

Trainer/innen Spitzensport HFP
trainieren Spitzensportlerinnen und Spitzensportler sowie Teams auf nationalem und internationalem Niveau. Sie führen sie fachlich, personal und organisatorisch und begleiten sie an Wettkämpfe im In- und Ausland.
Dauer: Je nach Vorbildung und Kurswahl 12 bis 60 Unterrichtstage sowie 10-tägiges Diplomprojekt



Einblick in die Arbeit eines Trainers Leistungssport erhalten Sie am Ende des Hefts im Porträt von David Meister.

Ein Beruf auf Zeit

Trainerinnen und Trainer im Leistungssport beziehungsweise Spitzensport arbeiten in der Regel im Angestelltenverhältnis für Clubs oder Verbände. Der Erfolgsdruck, die unregelmässigen Arbeitszeiten sowie das Reisen können belastend sein. Der Arbeitsmarkt ist relativ begrenzt, und es gibt häufig Personalwechsel. Die meisten Trainerinnen und Trainer üben ihren Beruf für eine befristete Zeit aus.

Mehr Informationen:

www.trainerbildung.ch

Informationen über Zulassungsbedingungen, Weiterbildungsangebote und mehr

www.swisscoach.info

Berufsverband der Trainer/innen Leistungs- und Spitzensport Schweiz

Ausbildungsstruktur

Trainer/in im Spitzensport HFP

Diplomtrainerlehrgang (DTL)

Trainer/in Leistungssport BP

Berufstrainerlehrgang (BTL)

J+S-Leiter/in mit Zusatz Leistungssport
(oder Äquivalenz bei Nicht-J+S-Sportarten)

Leistungs- versus Spitzensport

Leistungssport unterscheidet sich vom Breitensport durch die klare Fokussierung auf Leistungsziele, wobei die Grenze zum Breitensport fließend ist. Im Vordergrund stehen Leistung, Wettkampf, Training und die Schaffung eines passenden Umfelds. Der Spitzensport (auch Hochleistungssport genannt) repräsentiert die Elite des Leistungssports, Ziel sind Spitztleistungen im internationalen Umfeld.

Älter werden in Bewegungsberufen

Während mit den Berufsjahren das Fachwissen und die Erfahrung zunehmen, lässt die körperliche Leistungsfähigkeit irgendwann nach. Wer achtsam mit seinem Körper umgeht und frühzeitig berufliche Alternativen ins Auge fasst, kann in der Bewegungswelt jedoch lange seine berufliche Erfüllung finden.

Wege aus dem Spitzensport/Tanz

Gerade im Spitzensport ist die Karriere in der Regel auf wenige Jahre beschränkt. Eine frühzeitige Karriereplanung ist unerlässlich, dasselbe gilt im Bühnentanz. Swiss Olympic unterstützt Athletinnen und Athleten mit einem «Dual Career»-Programm und mit Weiterbildungen wie dem CAS Verbandsmanagement, um Perspektiven nach der Profizeit zu schaffen. Viele ehemalige Sportlerinnen und Sportler bleiben dem Sport als Trainerin/Trainer, Sportmanagerin/-manager oder Sportpsychologin/-psychologe treu. Ein starkes Netzwerk und eine anerkannte Ausbildung sind dabei von Vorteil. Psychologische Unterstützung kann den emotionalen Übergang nach der Sportkarriere erleichtern.

«Mit 31 bist du langsam alt. Das ist vielleicht, wie wenn du 57 bist im normalen Arbeitsleben.»

FCZ-Urgestein Marco Schönbächler im Rückblick auf sein Karriereende.
(Swiss-Olympics-Blog, 2024)

Für Tänzerinnen und Tänzer: Die Schweizerische Stiftung für die Umschulung von darstellenden Tänzerinnen und Tänzern (SSUDK) bietet Beratung, Workshops und finanzielle Unterstützung für den Berufswechsel beziehungsweise eine Umschulung an: www.ssudk.ch

Älter werden in Bewegungsberufen

Auch als Fitnesscoach, Kursleiterin oder -leiter und als Sportartenlehrerin oder -lehrer ist Anpassungsfähigkeit gefragt. Ein Weg ist die Weiterentwicklung in weniger belastende Bereiche wie Trainingsplanung oder in den wachsen-

den Bereich der Administration, zum Beispiel im Zertifizierungswesen oder bei Krankenkassen. Auch wer eine Leitungs- oder Beratungsfunktion übernehmen kann, hat die Möglichkeit, die körperliche Aktivität zu senken. Die demografische Entwicklung und der wachsende Wunsch, fit zu altern, spielt den Anbieterinnen und Anbietern von Bewegungsangeboten in die Hände. Wer seine Angebote dieser Zielgruppe anpasst, kann seinen Körper schonen.

Beratung und Unterstützung

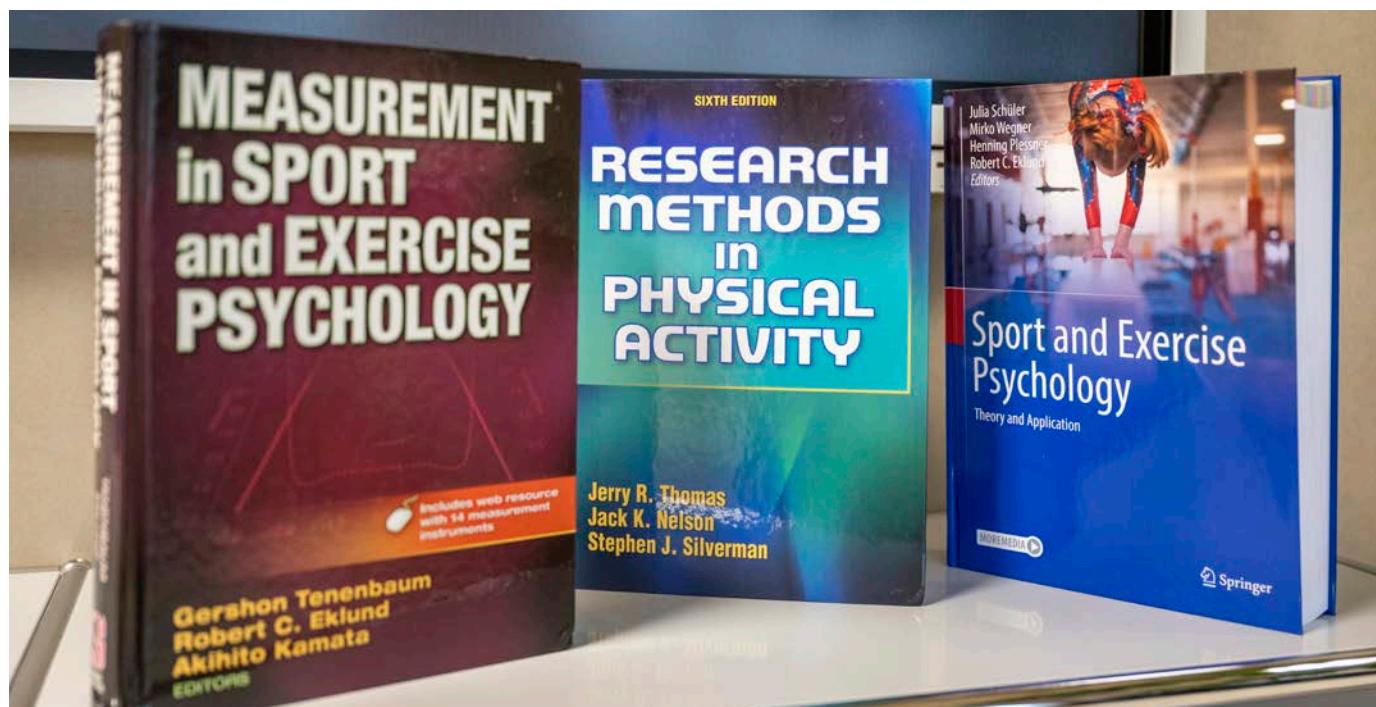
Swiss Olympic sowie die kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungsstellen bieten Unterstützung bei der Karriereplanung im Sportbereich.

Swiss Olympic

www.swissolympic.ch/nachsport
www.swissolympic.ch/sportjobs

Adressen der kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungen:

www.berufsberatung.ch/biz



Weitere Berufe mit Bewegung



Den Berufen in diesem Heft ist gemeinsam, dass die eigene Bewegung im Vordergrund steht. Doch Bewegung ist Bestandteil vieler Berufe, auch außerhalb der Sport- und Gesundheitswelt. Und: Interesse an Sport, Gesundheit und Bewegung muss nicht bedeuten, dass man selbst ausser Atem gerät.

Bewegung im Fokus der Medizin

Der menschliche Bewegungsapparat steht auch im Zentrum vieler Medizin- und Therapieberufe, so bei der Physio- und Ergotherapie oder in der Orthopädie. Auch hier lässt sich mit Sportlerinnen und Sportlern zusammenarbeiten,

zum Beispiel als Sportphysiotherapeutin oder -therapeut. Um Körper und Gesundheit geht es auch in der medizinischen Massage und in den verschiedenen Methoden der Alternativmedizin.

Bewegung organisieren oder administrativ verwalten

Reicht ein sportlicher Bürostuhl? Dann kämen Tätigkeiten im Sportmanagement (organisatorische und administrative Aufgaben für Vereine oder Verbände), im Eventmanagement (zum Beispiel Organisieren von internationalen Sportevents) oder im Tourismussektor infrage (Entwicklung und Vermarktung

von Sportreisen und -aktivitäten). Hier sind betriebswirtschaftliche Kenntnisse, Kommunikationskompetenz und Organisationstalent gefragt. Auch in Wissenschaft und Verwaltung (zum Beispiel Gesundheitsprävention, Sportförderung) sind Fachleute nötig, die gerne im Büro arbeiten.

Bewegung? Hauptsache Körpereinsatz

Hinter dem Interesse an einem Bewegungsberuf kann auch einfach der Wunsch stecken, sich viel zu bewegen. Zahlreiche Berufe, zum Beispiel im Tätigkeitsfeld Natur (Landwirtschaft,

Gartenbau) oder im Bauwesen, verlangen ein hohes Mass an körperlichem Einsatz, zählen jedoch nicht zu den eigentlichen Bewegungsberufen.

Parallelwelten zum Profisport

Wer im klassischen Profisport nicht Fuss fassen kann oder will, findet vielleicht in den Parallelwelten von Energydrink-Sportevents oder E-Sport-Turnieren eine spannende Alternative. Diese Events ziehen riesige Zuschauerzahlen an und werden intensiv gesponsert, was eine Vielzahl an Verdienstmöglichkeiten eröffnet. Neben der aktiven Teilnahme als Athletin oder Athlet gibt es lukrative Jobs im Bereich Eventorganisation, Marketing, Social Media oder als Kommentatorin oder Kommentator.

Vielleicht finden Sie in den nebenstehenden Beispielen weitere Berufe, über die Sie mehr erfahren möchten. Die Liste ist nicht abschliessend und lässt sich ergänzen.

- Aktivierungsfachmann/-frau HF
- Animateur/in
- Berufsfeuerwehrmann/-frau BP
- Berufstaucher/in
- Chiropraktiker/in UNI
- Detailhandelsfachmann/-frau EFZ Sportartikel
- Ergotherapeut/in FH
- Erlebnispädagoge/-pädagogin
- Ernährungsberater/in FH
- Facharzt/-ärztin für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparats
- Fallschirminstruktor/in
- Gesundheitsförderer/-förderin FH
- Industrielbeiter/-kletterin
- Hippotherapeut/in
- Komplementärtherapeut/in HFP: Methoden wie z.B. Atemtherapie, Bewegungs- und Körpertherapie, Kinesiologie, Yoga-Therapie
- Leibwächter/in, Bodyguard
- Medizinische/r Masseur/in BP
- Medizininformatiker/in FH
- Musik- und Bewegungspädagoge/-pädagogin FH
- Orthopädist/in EFZ
- Osteopath/in FH
- Physiotherapeut/in FH
- Pferdefachmann/-frau EFZ
- Pferdewart/in EBA
- Psychomotoriktherapeut/in FH
- Ranger/in
- Reiseleiter/in
- Reitpädagoge/-pädagogin
- Reittherapeut/in
- Spezialist/in für angewandte Kinästhetik BP
- Sportarzt/-ärztin
- Sporthevent-Manager/in FH
- Sportjournalist/in
- Sportkoordinator/in
- Sportpsychologe/-psychologin
- Tanzpädagoge/-pädagogin
- Tour Guide
- ...

Mehr Informationen zu diesen und weiteren Berufen:
www.berufsberatung.ch/berufssuche

Tätigkeitsfelder im Bewegungsbereich

Bewegung ist ein weites Feld – es reicht vom Kinder-Schwimmkurs bis zur Sturzprophylaxe für Senioren, vom lockeren Freizeitpass bis zur fokussierten Wettkampf vorbereitung. Bewegung und Sport wird an Schulen unterrichtet, wissenschaftlich untersucht, in Projekten gefördert. Entsprechend vielfältig sind die beruflichen Optionen. Die nebenstehende Grafik gliedert den Bewegungsbereich in sechs Tätigkeitsfelder. Jedem Tätigkeitsfeld sind Bewegungsberufe und mögliche Arbeitsorte zugeteilt. Wo finden Sie Ihre Interessen wieder?

Anforderungen an Bewegungsberufe

In vielen Bewegungsberufen ist es von Vorteil, wenn Sie gut mit Menschen umgehen, sie anleiten und motivieren können. Hohe Sozialkompetenz, gute Kommunikation, Zuverlässigkeit und Fachwissen sind im Sport- und Bewegungsbereich besonders wichtig, weil Sie hauptsächlich mit Menschen arbeiten. Je nach Beruf kommen medizinisches Interesse, Diskretion, ausgeprägte eigene Bewegungskompetenz und/ oder die Bereitschaft für unregelmäßige Arbeitszeiten dazu. Vielfältige eigene Bewegungserfahrungen – ob als Sportlerin oder Sportler, Trainerin oder Trainer, aber auch Betreuerin oder Betreuer – erhöhen die beruflichen Chancen.

Berufe	Arbeitsorte
Bewegungs- und Körpertherapeut/in Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ Personal Trainer Pilatestrainer/in, Pilates-Kursleiter/in Qi Gong Kursleiter/in Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP Tainer/in Fitness und Bewegung Yoga-Therapeut/in	Alters- und Pflegeeinrichtung Gesundheitszentrum Prävention Rehabilitation Therapie Wellnessanlage Bewegungsschule, z.B. Yogastudio, Fitnesszentrum
Bergführer/in BP Erlebnispädagoge/-pädagogin Erwachsenensportleiter/in esa J+S-Leiter/in, J+S-Experte/-Expertin Nordic Walking Instructor Outdoor Guide Schneesporthrer/in BP Sportartenlehrer/in BP Sportartenschulleiter/in HFP Sportkoordinator/in Tauchlehrer/in Wanderleiter/in BP	Abenteuer- und Erlebnispädagogik Ferienresort Freizeitindustrie Freizeitpark Outdoor-Unternehmen Sporttourismus Bewegungsschule, z.B. Yogastudio, Fitnesszentrum Sportarten-Schule, z.B. Golf, Karate, Tennis, Windsurfen
Trainer/in Leistungssport BP Trainer/in Spitzensport HFP Sportmanager/in	Sportevent Sportmanagement und -marketing Trainingsberatung Trainingscenter Leistungsdiagnostik
Gesundheitsförderer/-förderin Sportwissenschaftler/in FH, UNI, ETH	Forschung und Wissenschaft Gesundheitsförderung Hochschule Leistungsdiagnostik Medizin Medizintechnik Sportamt/Verwaltung Sportberatung
Bühnentänzer/in EFZ, HF, FH Musicaldarsteller/in Schauspieler/in FH (Bewegungstheater) Stuntman/Stuntwoman Zirkusartist/in	Theater/Film Zirkus
Behindertensportleiter/in Bewegungspädagoge/-pädagogin HF Musik- und Bewegungspädagoge/-pädagogin FH Schwimminstruktor (Sport-)Lehrer/in Vorschul- und Primarstufe, Sekundarstufe I oder II PH, UNI Tanzpädagoge/-pädagogin	Schule (Lehrtätigkeit) Sportangebote für Menschen mit besonderen Bedürfnissen Tanzschule





Berufe, Funktionen, Studiengänge

Im Folgenden werden in alphabetischer Reihenfolge Berufe, Funktionen und Studiengänge im Feld der Bewegung vorgestellt. Zudem finden Sie weiterführende Links.

Zu beachten ist, dass für die verschiedenen Ausbildungen unterschiedliche Voraussetzungen gelten. Zum Beispiel: eine berufliche Grundbildung (EFZ), eine Berufs-, Fach- oder die gymnasiale Maturität oder das Bestehen eines Aufnahmeverfahrens. Können Sie keinen der geforderten formalen Bildungsabschlüsse vorweisen, ist eventuell eine Aufnahme «sur Dossier» möglich. Erkundigen Sie sich dafür am besten bei der Ausbildungsinstitution. Im Bewegungsbereich ist es zudem üblich, dass eine bestimmte Anzahl selbst geleiteter Stunden für die Aufnahme oder für den Abschluss einer Ausbildung nachgewiesen werden müssen.

Lassen Sie sich anregen, weiter zu recherchieren!

www.berufsberatung.ch/berufe



Informationen über alle Berufe mit verschiedenen Suchfunktionen

www.berufsberatung.ch/awd



Datenbank mit über 20 000 Aus- und Weiterbildungsangeboten mit diversen Filterfunktionen

Behindertensportleiter/in

Behindertensportleiterinnen und -leiter fördern die Freude an Bewegung und Sport bei Menschen mit Behinderung jeden Alters und mit ganz unterschiedlichem Leistungsniveau. Im Vordergrund der meist nebenberuflichen Tätigkeit steht nicht primär Leistung, sondern die Stärkung von Fitness, Selbstvertrauen, mentaler Stärke, Konzentration und sozialen Kontakten. Die Leiterinnen und Leiter planen Programme über längere Zeitspannen, organisieren Helfende und tragen die Verantwortung für die Sicherheit der Teilnehmenden. Neben einer fundierten Sportausbildung erfordert die Tätigkeit Offenheit, Einfühlungsvermögen, Kreativität und Flexibilität. Bei ihrer Arbeit berücksichtigen die Behindertensportleiterinnen und -leiter medizinische, pädagogische und psychologische Aspekte und stehen in Kontakt mit Eltern und Bezugspersonen.

Ausbildung:

In der Schweiz gibt es keine eidgenössisch reglementierte, jedoch eine vom Verband Behindertensport Schweiz PluSport angebotene Ausbildung. Diese dauert ca. 2 Jahre berufsbegleitend.

www.plusport.ch/ausbildung

www.procav.ch

www.erwachsenen-sport.ch

Bergführer/in BP

Bergführerinnen und -führer organisieren und begleiten Berg-, Ski-, Kletter- und Wandertouren sowie Expeditionen im In- und Ausland. Sie zeigen den Teilnehmenden Naturgefahren auf und vermitteln ihnen Wissen zu Flora und Fauna. Bei der Vorbereitung einer Tour berücksichtigen sie die Bedürfnisse und die körperlichen Voraussetzungen der Teilnehmenden. Sie beraten sie beim Zusammenstellen von Bekleidung und Ausrüstung und kontrollieren diese vor dem Start. Die Route kann über Felsen, Eis und Schnee führen und Kletterpartien sowie Gletscherüberquerungen beinhalten. Bergführerinnen und -führer wählen immer einen möglichst sicheren Weg, auch bei schwierigen Verhältnissen. Mögliche Gefahren wie Gletscherspalten, Lawinen, Steinschlag und Wetterumschlag erkennen sie frühzeitig und reagieren angemessen. Bei einem Notfall treffen sie die entsprechenden Entscheidungen und leisten Erste Hilfe. Bergführerinnen und -führer können auch Einsätze auf Hochgebirgsbaustellen leisten oder bei Felsräumungen am hängenden Seil oder bei Rettungsaktionen in unwegsamem Gelände zum Einsatz kommen. Für die Beurteilung von Lawinensituationen und -unfällen können sie als Fachleute beigezogen werden.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die Berufsprüfung dauert rund 3 Jahre.

www.sbv-asgm.ch

Bewegungs- und Körpertherapeut/in

Die Bewegungs- und Körpertherapie gehört in den Bereich der Komplementärtherapie, die von einem ganzheitlichen Krankheits- und Gesundungsprozess ausgeht. In der Bewegungs- und Körpertherapie werden körperliche und seelische Erfahrungen und Eindrücke mittels Bewegung in eine sichtbare Gestalt gebracht und in einen biografischen Zusammenhang eingeordnet. Die freie Gestaltung von Bewegung bis hin zum Tanz schafft einen unmittelbaren Zugang zu den eigenen Gefühlen und unterstützt den Bewusstwerdungsprozess. Die Arbeitstechniken sind vielfältig und reichen von angeleiteten Bewegungsabläufen zu Atemschulung und Berührungsarbeit. Dabei können unterschiedliche Materialien wie Tücher, Stäbe, Bälle und Naturgegenstände zum Einsatz kommen. Angeboten wird die Bewegungs- und Körpertherapie in Kliniken, Institutionen und in freier Praxis als Einzel- oder Gruppentherapie.

Ausbildung:

3- bis 5-jährige Teilzeitausbildung zum Branchenzertifikat. Nach anschließender Berufspraxis mit begleitender Supervision kann die höhere Fachprüfung Komplementärtherapeut/in HFP mit eidgenössischem Diplom abgelegt werden.

www.oda-kt.ch

www.oda-am.ch



Bewegungspädagoge/-pädagogin HF

Bewegungspädagoginnen und -pädagogen vermitteln Menschen Freude an der Bewegung und lassen sie Rhythmus und Dynamik mit dem eigenen Körper erleben. Mit geeigneten Übungen schulen sie das Körperbewusstsein, stärken die Muskeln, regen den Kreislauf an, fördern die Entspannung und trainieren die Atmung. Bewegungspädagoginnen und -pädagogen bereiten den Unterricht gemäss den Wünschen und Bedürfnissen der jeweiligen Zielgruppe vor. Dabei berücksichtigen sie Alter, Gesundheitszustand und körperliche Möglichkeiten der Einzelpersonen. Viele spezialisieren sich auf einzelne Gebiete der Bewegungsförderung sowie auf bestimmte Zielgruppen, zum Beispiel Kinder und Jugendliche, Schwangere, Seniorinnen und Senioren, kranke Menschen oder Menschen mit besonderen Bedürfnissen.

Bewegungspädagoginnen und -pädagogen sind in verschiedenen Institutionen tätig, darunter Fitness- und Wellnesszentren, Altersheime, Spitäler, Vereine oder Firmen. Viele arbeiten freiberuflich und unterrichten stundenweise für mehrere Auftraggebende. Festanstellungen sind seltener, jedoch in Gesundheitszentren oder Spitäler möglich. Die Arbeitszeiten sind oft unregelmässig, und das Einkommen hängt von der Auftragslage ab. Selbstständige Berufsleute betreiben teilweise eigene Studios.

Ausbildung:

Die Ausbildung dauert 4 Jahre Teilzeit und wird an der Huber Widemann Schule HWS in Basel angeboten.

www.bgb-schweiz.ch

www.hws.ch

Bühnentänzer/in EFZ, HF oder FH

Bühnentänzerinnen und -tänzer vereinen Bewegung und Emotionen. Sie treten in klassischen Balletten, zeitgenössischen Tanzstücken, Musicals oder Opern auf. Dabei bringen sie durch präzise Choreografien und ausdrucksstarke Interpretationen Geschichten und Gefühle auf die Bühne. Der Beruf verlangt körperliche Höchstleistungen, Kreativität und Disziplin. Bühnentänzerinnen und -tänzer arbeiten meist in Ensembles, die an Theatern angeschlossen oder als eigenständige Kompanien organisiert sind, oder sie treten als Freischaffende auf. Der Einstieg in die professionelle Tanzwelt erfordert eine fundierte Ausbildung, die bereits im Kindesalter beginnt. In der Schweiz sind verschiedene eidgenössisch reglementierte Ausbildungen möglich.

Bühnentänzer/in EFZ

Die berufliche Grundbildung dauert vier Jahre und umfasst intensives Training in einer der Fachrichtungen Klassischer Tanz, Zeitgenössischer Tanz oder Musical. Ergänzt wird die praktische Ausbildung durch theoretische Inhalte wie Anatomie, Tanzgeschichte und Musiklehre. Die Lernenden erarbeiten komplexe Choreografien und treten regelmässig auf. Voraussetzungen sind körperliche Eignung und ein hohes tänzerisches Niveau, das durch intensives Training vor dem Ausbildungsbeginn erreicht wird. In der Deutschschweiz wird zurzeit nur die Fachrichtung Musical von der Musical Factory in Luzern angeboten. Die Fachrichtung Klassischer Tanz kann an der Tanz Akademie Zürich absolviert werden.

www.musicalfactory.ch

www.zhdk.ch/taz

Bühnentänzer/in HF

Die Ausbildung auf Stufe höhere Fachschule verbindet Theorie und Praxis und dauert zwei oder drei Jahre. Die Studierenden arbeiten eng mit Choreografie-Fachleuten und anderen Künstlerinnen und Künstlern zusammen, entwickeln eigene Produktionen und treten auf. Zurzeit werden keine Ausbildungen angeboten.

Bühnentänzer/in FH

Die Zürcher Hochschule der Künste (ZHdK) bietet mit dem Bachelor «Contemporary Dance» eine akademische Ausbildung an, die Tanz, Choreografie und Theorie verbindet. Dieser Studiengang richtet sich an talentierte Tänzerinnen und Tänzer und dauert drei Jahre Vollzeit. Im Mittelpunkt stehen Zeitgenössischer Tanz, Choreografische Komposition und Performance. Die Ausbildung fördert die künstlerische Entwicklung, ermöglicht das Arbeiten in interdisziplinären Projekten und bereitet auf internationale Karrieren vor. Studierende arbeiten mit professionellen Kompanien und Theatern zusammen. Aufbauend auf den Bachelor können die Masterstudiengänge «Dance, Choreography» oder «Dance, Teaching and Rehearsing Dance Professionals» absolviert werden.

www.zhdk.ch/tanz

www.berufsberatung.ch/theaterberufe

Eine Übersicht über weitere Ausbildungsmöglichkeiten im Bereich Tanz sowie Ausbildungsinstitutionen im Ausland finden Sie auf der Website des Berufsverbands der Schweizer Tanzschaffenden:

www.dancesuisse.ch



Eislauflehrer/in BP

Eislauflehrerinnen und -lehrer unterrichten in verschiedenen Disziplinen des Eislaufsports. Sie planen und erteilen Eislaufbegeisterten in allen Alters- und Leistungsklassen Einzel- und Gruppenunterricht. Die Lektionen und Kursinhalte richten sich individuell nach den Zielen, Bedürfnissen und Ansprüchen ihrer Schülerinnen und Schüler. Durch Erklären und Vorzeigen bringen sie ihnen die entsprechenden Bewegungsabläufe und Techniken der verschiedenen Eislaufelemente bei. Dank ihrer guten Beobachtungsgabe erkennen sie während des Unterrichts Fehler und korrigieren Bewegungsabläufe. Darüber hinaus können sie ihre Schülerinnen und Schüler auch zu Trainings ausserhalb des Eispalastes beraten, zum Beispiel in Athletik oder Ballett.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.selv.ch

www.sportartenlehrer.ch



Erlebnispädagoge/-pädagogin

Erlebnispädagoginnen und -pädagogen bieten den Teilnehmenden aussergewöhnliche Herausforderungen und intensive Erlebnisse in der Natur und fördern mit ganzheitlicher, handlungsorientierter Methode deren Sozial- und Selbstkompetenzen. Typisch sind Natursportarten und kooperative Teamaufgaben. Durch das Reflektieren des Erlebten in der Gruppe wird ein Lernprozess möglich gemacht.

Erlebnispädagoginnen und -pädagogen arbeiten mit Jugendlichen und Kindern (Ferienlager, Klassengemeinschaftstage), Auszubildenden und Teilnehmenden von Brückenangeboten (zum Beispiel Jugend-Assessment), für Firmen (zum Beispiel im Rahmen der Teambildung) und mit pädagogischen Fachkräften (zum Beispiel Lehrpersonen).

Die meisten Erlebnispädagoginnen und -pädagogen sind freiberuflich tätig.

Ausbildung:

Das berufsbegleitende Nachdiplomstudium an der höheren Fachschule dauert rund 2 Jahre. www.planoalto.ch in Kooperation mit www.artiset.ch

Verschiedene berufsbegleitende, nicht eidgenössisch reglementierte Lehrgänge mit unterschiedlicher Ausbildungsdauer führen zu schuleigenen Diplomen:

www.drudel11.ch

www.planoalto.ch

www.wakonda.ch

Erwachsenensportleiter/in esa

Erwachsenensportleiterinnen und -leiter planen, organisieren und leiten Sport- und Bewegungskurse für Erwachsene, deren Leistungsziele und Fitnessstand unterschiedlich sind. Im Vordergrund steht das Vermitteln der Freude an Bewegung, Spiel und Sport. Die Palette an Sportarten reicht von allgemeinen polysportiven Kursen über Ballspiel, Fitness und Gymnastik bis hin zu spezifischen Sportarten wie Schwimmen, Tennis, Karate, Rad fahren, Wandern und Walking oder Langlauf, Ski und Schneeschuhwandern. Je nach Zielgruppe können sie auch Angebote im Seniorensport planen und leiten oder im Behindertensport tätig sein.

Erwachsenensportleiterinnen und -leiter arbeiten für Non-Profit-Organisationen wie Sportvereine, Verbände und Stiftungen, für kommerzielle Sportstätten wie Fitness- oder Gymnastikzentren oder auch für Sport- und Bewegungsangebote von Firmen und Unternehmen im Rahmen des Betriebssports.

Ausbildung:

Die Grundausbildung esa dauert 6 Tage. Weitere Informationen zur esa-Ausbildung finden Sie im Kapitel «Die Breitensport-Ausbildungen J+S und esa».

www.erwachsenen-sport.ch

Experte/Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung HFP

Expertinnen und Experten Bewegungs- und Gesundheitsförderung unterstützen Menschen bei der Verbesserung ihres Lebensstils und der Förderung ihrer Gesundheit durch gezielte Bewegung. Sie erstellen individuelle Programme, die auf die Bedürfnisse, die Belastbarkeit und die Ziele der Kundschaft abgestimmt sind, und beraten sie bei deren Umsetzung. Dabei arbeiten sie oft mit anderen Fachleuten wie Ärztinnen und Ärzte, Physiotherapeutinnen und -therapeuten oder Ernährungsberaterinnen und -beratern zusammen.

In der Fachrichtung «Medizinische Fitness und Gesundheitscoaching im Netzwerk» liegt der Fokus auf der Kundenakquise und dem Aufbau von Netzwerken. Durch Vorträge und Veranstaltungen sensibilisieren sie für Gesundheitsthemen und gewinnen neue Kundengruppen. Expertinnen und Experten mit der Fachrichtung «Führung von Fitness- und Bewegungsunternehmen» übernehmen Leitungsaufgaben, optimieren betriebliche Prozesse und kümmern sich um die Organisation sowie das Teammanagement.

Die Berufsleute arbeiten in Fitness- und Gesundheitszentren, leiten eigene Unternehmen oder sind selbstständig tätig. Die Arbeitszeiten sind flexibel, aber oft unregelmässig, auch abends und am Wochenende.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die höhere Fachprüfung dauert rund 3 Jahre.

www.bewegung-und-gesundheit.ch

www.sfgv.ch

Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ

Fachleute Bewegungs- und Gesundheitsförderung betreuen Menschen in Fitness- und Gesundheitszentren oder Wellness-Einrichtungen und unterstützen sie bei einem gesünderen Lebensstil. Sie ermitteln individuelle Bedürfnisse und Ziele, erstellen Gesundheitsprofile und bieten passende Bewegungs- und Entspannungsprogramme an. Dabei beraten sie ihre Kundschaft zu Ernährung, Training und Regeneration.

Zu den Aufgaben der Fachleute Bewegungs- und Gesundheitsförderung gehört die Planung und Durchführung von Übungen zur Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Sie korrigieren Haltungen, überwachen den Einsatz von Geräten und dokumentieren Fortschritte. In Notsituationen leisten sie Erste Hilfe. Zusätzlich übernehmen sie administrative Aufgaben wie Terminplanung und Rechnungsstellung und verkaufen Abonnements, Nahrungsergänzungsmittel, Sportbekleidung sowie weitere Ausrüstungsgegenstände.

Die Arbeit findet oft im Team mit Fitnesstrainerinnen und -trainern oder Masseurinnen und Masseuren statt. Mit Erfahrung können Fachleute Bewegungs- und Gesundheitsförderung eine leitende Funktion übernehmen oder selbstständig erwerbend tätig sein. Der Beruf erfordert Flexibilität, da Fitnesszentren auch abends und an Wochenenden geöffnet sind.

Ausbildung:

Die berufliche Grundbildung dauert 3 Jahre.

www.bewegung-und-gesundheit.ch

www.bgb-schweiz.ch

www.sfgv.ch

Fitness- und Bewegungstrainer/in

Fitness- und Bewegungstrainerinnen und -trainer erstellen und leiten verschiedene standardisierte und komplexe Trainingsprogramme. Sie wenden dabei verschiedene Trainingsmethoden an, welche die Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit verbessern. Fitness- und Bewegungstrainerinnen und -trainer stellen individuelle Trainingsprogramme für Mitglieder eines Fitnesszentrums zusammen oder instruieren und betreuen zielgruppengerecht eine Trainingsgruppe, zum Beispiel in den folgenden Angeboten:

- Groupfitnesstraining wie zum Beispiel Aerobic, Wasserfitness, Ausdauерtraining, Fit-Gym, Nia, Power Yoga, Running
- Funktionelles Bewegungstraining wie zum Beispiel Antara, Beckenbodentraining, Nordic Walking, Pilates
- Bewegungs- und Entspannungsmethoden wie zum Beispiel Autogenes Training, Biokinematiktraining, Tai-Chi, Qigong
- Rücken und Haltung wie zum Beispiel Rückengymnastik, Rückenschule
- Mutterschaft wie zum Beispiel Geburtsvorbereitung, Schwangerschaftsgymnastik, Rückbildung
- Tanz wie zum Beispiel Hip-Hop, Jazzgymnastik

Ausbildung:

Verschiedene Ausbildungen sind möglich: Berufliche Grundbildung und/oder höhere Berufsbildung Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder Ausbildung als Bewegungspädagoge oder -pädagogin oder Studium Bewegungs- und Sportwissenschaften/Sport oder Lehrgänge für Quereinsteigende, Fachausbildungen.

www.berufsberatung.ch/weiterbildung

Die beiden Branchenzertifikate «Trainer/in Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung» sowie «Trainer/in Fachrichtung Fitness- und Gesundheitstraining» sind anerkannte Zwischenabschlüsse auf dem Weg zur Berufsprüfung Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP.

www.bgb-schweiz.ch

www.bewegung-und-gesundheit.ch

www.safs.ch

www.ipso.ch

Gesundheitsförderer/-förderin

Gesundheitsförderinnen und -förderer unterstützen Menschen dabei, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln und zu erhalten. Sie beraten Einzelpersonen, Gruppen und Institutionen zu Themen wie Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung und Rauchentwöhnung. Ihre Arbeit umfasst die Organisation von Informationsveranstaltungen, Kursen und Projekten zur Gesundheitsförderung. Eine zentrale Aufgabe ist die Analyse von Gesundheitsrisiken und die Entwicklung von Strategien für spezifische Zielgruppen, wie Jugendliche, ältere Menschen oder Asylsuchende. Sie setzen Gesundheitskampagnen wie Impf- oder Rauchstopp-Projekte um und betreuen Programme, wie zum Beispiel Herz-Kreislauf-Trainings oder Bewegungsförderung im Alter. Zudem erstellen sie Dokumentationen und Berichte zu ihren Aktivitäten. Gesundheitsförderinnen und -förderer arbeiten überwiegend in Büros, stehen jedoch auch im direkten Kontakt mit Zielgruppen und Fachpersonen wie Ärztinnen und Ärzten, Sportwissenschaftlerinnen und -wissenschaftlern sowie Behörden. Arbeitgeber sind nationale oder kantonale Behörden, Beratungsstellen, Kliniken, Krankenkassen, Verbände oder Unternehmen im betrieblichen Gesundheitsmanagement. Mit Weiterbildungen können Gesundheitsförderinnen und -förderer Leitungsfunktionen übernehmen.

Ausbildung:

Bachelor- und Masterstudiengänge zu Gesundheitsförderung, Prävention und Gesundheitswissenschaften existieren an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), der ETH sowie den Universitäten Luzern und Basel. Daneben existieren diverse Weiterbildungen auf Stufe CAS, DAS oder MAS.

www.berufsberatung.ch/gesundheitsfoerderung

www.gesundheitsfoerderung.ch

Golflehrer/in BP

Golflehrerinnen und -lehrer vermitteln Praxis und Theorie des Golfsports. Sie arbeiten mit Menschen aller Altersstufen auf verschiedenen Fähigkeitsniveaus und vermitteln eine Grundausbildung, die auch auf einen zukünftigen Leistungssport ausgerichtet sein kann. Dabei berücksichtigen sie die unterschiedlichen Leistungsniveaus und -ansprüche und trainieren mit ihren Schülerinnen und Schülern an einem ausgereifteren Golfspiel. Golflehrerinnen und -lehrer planen, organisieren und leiten Unterrichtslectionen für Einzelne oder Gruppen. Durch Erklären und Vorzeigen bringen sie ihnen die Bewegungsabläufe und Spieltechniken bei: putten, pitchen, chippen und vieles mehr. Sie geben auch theoretisches Wissen (zum Beispiel Regeln, Materialkunde) weiter. Golflehrerinnen und -lehrer begleiten Kundinnen und Kunden auch an Wettkämpfen. Sie motivieren und animieren die Golfbegeisterten, ihre Leistungen zu steigern und bei Turnieren mit Misserfolg wie auch mit Fehlentscheiden umzugehen. Golflehrpersonen organisieren Turniere und auch Trainingsreisen und Camps und erledigen administrative Arbeiten wie zum Beispiel die Handicap-Kontrolle.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab. Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swisspga.ch

www.sportartenlehrer.ch

J+S-Leiter/in, J+S-Experte/-Expertin

(Jugend+Sport)

J+S-Leiterinnen und -Leiter fördern und unterstützen die Entwicklung und Entfaltung junger Menschen durch sportliche Aktivität. Sie arbeiten in Sportvereinen, Jugendorganisationen oder Schulen und führen Kurse und Lager mit Kindern und Jugendlichen durch. Dabei vermitteln J+S-Leitende nicht nur technische Grundlagen in verschiedenen Sportarten, sondern legen auch Wert auf Teamgeist, Fairplay und Verantwortungsbewusstsein.

Ihre Aufgaben umfassen die Planung und Organisation von Trainings, Wettkämpfen oder Freizeitaktivitäten, die sie an das Alter und Leistungsniveau der Teilnehmenden anpassen. Auch die Förderung sozialer Kompetenzen gehört zu ihren Aufgaben, was etwa durch konstruktive Konfliktlösung und gegenseitige Wertschätzung geschieht. J+S-Leitende achten darauf, dass Sicherheitsvorschriften eingehalten werden.

Nach der Weiterbildung zur J+S-Expertin beziehungsweise zum J+S-Experten übernehmen sie darüber hinaus Ausbildungs- und Beratungsaufgaben, etwa die Schulung neuer Leiterinnen und Leiter oder die Weiterentwicklung von Kursinhalten.

Ausbildung:

Die sportartspezifischen Leiterkurse dauern 5 bis 6 Tage. Weitere Informationen finden Sie im Kapitel «Die Breitensport-Ausbildungen J+S und esa».

www.jugendundsport.ch



Judo-Lehrer/in BP

Judo-Lehrerinnen und -Lehrer unterrichten Kinder, Jugendliche und Erwachsene in der japanischen Kampfsportart Judo. Mit den Schülerinnen und Schülern trainieren sie Festhaltegriffe sowie Wurf- und Falltechniken und vermitteln ihnen Techniken für die wirksame Selbstverteidigung. Judo ist eine aus Japan stammende, waffenlose Kampfkunst und gehört wie Ju-Jitsu, Aikido und Karate zu den japanischen Budo-Künsten.

Judo-Lehrerinnen und -Lehrer richten die Lektionen individuell nach den Zielen ihrer Schülerinnen und Schüler aus. Durch Erklären und Vorzeigen bringen sie ihnen die Angriffs- und Abwehrtechniken im freundschaftlichen Wettkampf bei. Die technische Vielfalt ist gross: Fallschule, Würfe, Festhaltegriffe sowie Würge- und Hebeltechniken. Beim Judo werden Kondition und Koordination trainiert und die mentalen und emotionalen Fähigkeiten gefördert. Judo-Lehrpersonen verstehen ihren Unterricht deshalb auch als Beitrag zur Persönlichkeitsbildung der Lernenden. Der Unterricht findet in der Regel im Klassenverband mit 12 bis 24 Teilnehmenden statt.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.sjv.ch

www.sportartenlehrer.ch

Ju-Jitsu-Lehrer/in BP

Ju-Jitsu-Lehrerinnen und -Lehrer unterrichten Kinder, Jugendliche und Erwachsene in der japanischen Kampfsportart Ju-Jitsu. Sie vermitteln den Schülerinnen und Schülern Techniken für die wirksame Selbstverteidigung. Ju-Jitsu, auf Deutsch «Kunst der Sanftheit», gehört wie Judo, Aikido und Karate zu den japanischen Kampfkünsten. Die technische Vielfalt ist gross: Fallschule, Würfe, Schläge, Stösse, Tritte, Festhaltegriffe, Würge- und Hebeltechniken. Ju-Jitsu dient zum einen der wirksamen Gewaltprävention und Selbstverteidigung und ist zum anderen ein Sporttraining mit verschiedenen Wettkampfformen. Der Unterricht findet in der Regel im Klassenverband mit 12 bis 24 Teilnehmenden statt.

Da sich jeder Kampf, sei es im Training, im Wettkampf oder zur Selbstverteidigung, stets in einem sozialen Kontext abspielt, werden neben den sportlichen auch die zwischenmenschlichen Fähigkeiten gefordert und gefördert. Der Ehrenkodex bildet einen wichtigen Bestandteil des Ju-Jitsu. Die Berufsleute verstehen ihren Unterricht deshalb auch als Beitrag zur Persönlichkeitsbildung der Lernenden.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.sjv.ch

www.sportartenlehrer.ch



Kanulehrer/in BP

Kanulehrerinnen und -lehrer erteilen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen Gruppen- oder Einzelunterricht mit unterschiedlichen Kanutypen und auf verschiedenen Gewässern. Sie bereiten Übungen vor, erklären die unterschiedlichen Boots- und Paddelformen und demonstrieren während des Unterrichts die verschiedenen Techniken. So bringen sie den Kanutinnen und Kanuten das korrekte Verhalten bei Strömungen und Hindernissen wie Steinen, Brückepfeilern oder Schiffen bei.

Der Kanusport bietet vielfältige Ausübungsmöglichkeiten – einerseits im Wettkampf mit den Disziplinen Slalom, Abfahrt, Regatta, Kanupolo, Drachenboot und Freestyle und andererseits in der Freizeit bei Wildwassertouren oder Sea Kayaking.

Kanulehrpersonen tragen eine grosse Verantwortung. Deshalb verfolgen sie die Wetterlage, interpretieren die Wettervorhersagen und treffen der Situation angepasste Entscheidungen. Sie kennen das richtige Verhalten bei Wasser-unfällen und können Erste Hilfe leisten.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swisscanoe.ch

www.sportartenlehrer.ch

Karatelehrer/in BP

Karatelehrerinnen und -lehrer unterrichten Kinder, Jugendliche und Erwachsene in der japanischen Kampfsportart Karate. Sie trainieren mit den Schülern und Schülerinnen Schlag- und Blocktechniken, machen mit ihnen Meditationsübungen und vermitteln ihnen Techniken für die wirksame Selbstverteidigung. Karatedo oder Karate ist eine aus Japan stammende, waffenlose Kampfkunst. Wie Judo, Ju-Jitsu und Aikido gehört auch Karate zu den japanischen Budo-Künsten.

Karatelehrpersonen richten die Lektionen individuell nach den Zielen ihrer Schülerinnen und Schüler aus. Im Training werden die Kämpfe als Rollenspiel inszeniert. In sogenannten Katas wird der choreografierte, stilisierte Kampf gegen einen imaginären Gegner geübt. Karatelehrpersonen zeigen die Katas vor, korrigieren die Bewegungsabläufe und achten auf die korrekte Körperhaltung. Zudem organisieren sie Wettkampf- und Prüfungsteilnahmen oder führen Trainingslager durch.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.karate.ch

www.sportartenlehrer.ch

Portrait S. 44

Kletterlehrer/in BP

Kletterlehrerinnen und -lehrer unterrichten Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Klettersport. Im Freien oder in der Kletterhalle bringen sie ihrer Kundschaft Materialkunde, Seilhandhabung, Sicherungs- und Klettertechniken bei. Sie planen, organisieren und leiten den Unterricht, werten ihn aus und führen Tests und Wettkämpfe durch. Den Schwierigkeitsgrad und die Zielsetzung passen sie laufend an. Kletterlehrerinnen und -lehrer erklären und zeigen die Knoten, das Sichern und Ablassen sowie die allgemeine Seilhandhabung. Erwachsenen bringen sie von Anfang an die Partnersicherung bei, wobei sich eine Person am Boden befindet und sichert, während die andere klettert.

Der Sicherheit und Gesundheit der Kundschaft kommt in allen Situationen höchste Priorität zu. Kletterlehrpersonen kennen die Vorschriften, die sich aus versicherungsrechtlicher Sicht ergeben, und treffen entsprechende Vorkehrungen, um höchstmögliche Sicherheit zu gewährleisten. Findet der Kletterkurs am natürlichen Fels in den Bergen statt, müssen mögliche Gefahren wie Steinschlag oder Wetterumschwung frühzeitig erkannt werden.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.sbv-asqm.ch

www.sportartenlehrer.ch



Mountainbikelehrer/in BP

Mountainbikelehrerinnen und -lehrer bringen ihren Kundinnen und Kunden die theoretischen und praktischen Grundlagen des Bikens bei. Sie vermitteln ihnen fahrtechnische Grundlagen und machen sie zum Beispiel im Jump Park vertraut mit der Zug-, Drück-, Sprung- und Drop-technik. In Einzel- oder Gruppenkursen zeigen sie den Kursteilnehmenden technische Tricks, zum Beispiel, wie sie geschickt durch die Kurve kommen, ein kleines Hindernis überfahren oder die Balance auf einem Bike halten können. Als Guide planen sie geeignete Touren und Trails und führen sie durch. Mountainbikelehrerinnen und -lehrer erkennen Lernfortschritte und fördern die Kursteilnehmenden durch individuelle Rückmeldungen und konstruktive Anregungen. Sie unterstützen die Teilnehmenden in ihrem Lernprozess und zeigen ihnen, wie sie das Gelernte üben können. Der Sicherheit und Gesundheit der Kundschaft kommt in allen Situationen höchste Priorität zu. Mountainbikelehrerinnen und -lehrer kennen die Vorschriften, die sich aus versicherungsrechtlicher Sicht ergeben, und treffen entsprechende Vorkehrungen, um höchstmögliche Sicherheit zu gewährleisten.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swiss-cycling-guide.ch

www.sportartenlehrer.ch



Musik- und Bewegungspädagoge/-pädagogin FH

Musik- und Bewegungspädagoginnen und -pädagogen fördern bei Kindern die musikalischen und bewegungsgestalterischen Fähigkeiten, das Wahrnehmungsvermögen, die Ausdrucksmöglichkeiten sowie die sozialen Kompetenzen. Sie erteilen an Primarschulen und Musikschulen Fachunterricht in Musik und Bewegung. Ihre Aufgabe besteht darin, bei den Kindern auf spielerische Art das Bedürfnis und die Fähigkeit zu wecken, sich durch musikalische Mittel auszudrücken. Sie bringen Kinder verschiedener Altersstufen über Bewegungsaufgaben dazu, sich mit den vielfältigen Erscheinungsformen der Musik auseinanderzusetzen – erlebend, erfahrend und begreifend. Die Medien sind Musik, Stimme, Körper, Bewegung, Instrumente und verschiedenste Materialien.

In der Arbeit mit kleineren Kindern geht es um die Einführung ins Musizieren: Die Kinder erzeugen mit ihrer Stimme, mit Instrumenten und anderen Materialien Töne und Klänge. Die Arbeit mit grösseren Kindern umfasst die Vermittlung der musikalischen Grundschulung, der Schulmusik bis Mittelstufe sowie Projektarbeiten von einfachen szenischen Gestaltungen bis zum komplexen Kindermusical.

Ausbildung:

Bachelorstudium: 3 Jahre (berufsqualifizierend). Masterstudium: 2 Jahre (für die Arbeit in Bereichen wie der Heil- und Sonderpädagogik, Erwachsenenarbeit, Theaterpädagogik oder Schulmusik auf Sekundarstufe I + II).

www.hkb.bfh.ch

www.hslu.ch/musik

www.zhdk.ch

www.fhnw.ch/musikhochschulen

www.berufsberatung.ch/musikberufe

Musicaldarsteller/in

Musicaldarstellerinnen und -darsteller gestalten Rollen gesanglich, schauspielerisch und tänzerisch. Dafür benötigen sie eine fundierte Ausbildung in allen drei Disziplinen, oft an spezialisierten Bühnen- oder Musicalschulen. Sie treten als Solistin oder Solist oder in Ensembles auf, übernehmen Chorparts und wirken in wechselnden Produktionen mit. Der Arbeitsalltag besteht aus intensivem Training, Proben und Aufführungen. Gesangs- und Tanzübungen gehören ebenso dazu wie die Auseinandersetzung mit Rollenprofilen. Während der Probenphase erarbeiten die Darstellerinnen und Darsteller gemeinsam mit Regie, Choreografie- und Musikleitung das Stück.

Viele Musicaldarstellerinnen und -darsteller arbeiten freiberuflich und sind nach Ablauf eines Engagements auf der Suche nach neuen Verträgen. Auch mehrmonatige Tourneen oder Gastspiele erfordern Flexibilität und Mobilität. Neben der künstlerischen Begabung ist deshalb auch organisatorisches Talent gefragt.

Ausbildung:

Ausbildung in Tanz, Gesang, allenfalls Schauspiel, zum Beispiel via Bühnentänzer/in EFZ, an privaten Musicalschulen in der Schweiz (zum Beispiel Musical Factory, Stage Academy, SAMTS) oder via staatliche oder private Musicalausbildung im Ausland.

www.musicalfactory.ch

www.stageacademy.ch

www.samts.ch

www.musical1.de

Nordic Walking Instructor

Nordic Walking Instructors helfen Menschen dabei, ihre Ausdauer, Koordination und Fitness an der frischen Luft zu verbessern. Dabei steht die richtige Technik im Vordergrund, besonders beim Einsatz der Stöcke. Durch den gezielten Einsatz von Armen und Rumpf kann das Training individuell an verschiedene Alters- und Leistungsstufen angepasst werden.

Zu den Hauptaufgaben der Nordic Walking Instructors gehört das Planen abwechslungsreicher Kurse. Sie vermitteln unterschiedliche Koordinationsübungen sowie Bergauf- und Bergabtechniken. Während des Trainings beobachten und analysieren sie die Bewegungen der Teilnehmenden, um Fehler zu korrigieren und eine gesunde Haltung zu fördern. Neben praktischen Übungen kümmern sie sich auch um die Kursorganisation, Terminplanung und die Beschaffung des nötigen Materials.

Mögliche Einsatzorte sind Vereine, Volkshochschulen oder Gesundheitszentren.

Ausbildung:

Die Ausbildung richtet sich nach den Anforderungen von Erwachsenensport Schweiz und dauert 6 Tage.

www.spas-s.ch



Outdoor Guide

Outdoor Guides schaffen für die Kundschaft besondere Erlebnisse in der Natur. Sie führen sportliche Outdoor-Aktivitäten mit erhöhten Sicherheitsanforderungen im klassischen und im Adventure- und Outdoor-Bereich durch. Dazu gehören: Canyoning, Rafting, Bungee-Jumping, Kanutouren, Seilpark- und Höhlenbegehungen. Oder sie begleiten als «Natur-Erlebnis-Guide» Menschen beim Erleben der Natur und leiten sie an. Diese Outdoor Guides bewegen sich selbstverständlich und sicher in der Natur: Dazu gehören kochen am Feuer, geschützte Schlaf- und Lagerplätze einrichten, mit dem Kompass navigieren usw. Zusätzlich organisieren sie ganze Themenevents oder moderieren Spiele und Erlebnisse wie Fun-Olympiaden usw.

Outdoor Guides sind häufig selbstständig tätig und arbeiten auf Auftragsbasis für Outdooranbieter, Reiseveranstalter oder direkt mit Kundengruppen. Festanstellungen sind seltener und finden sich vor allem bei grösseren Unternehmen oder Institutionen im Tourismus- oder Eventbereich. Die Nachfrage ist saisonabhängig.

Ausbildung:

Spezialisierte Ausbildungen für Sportarten im erhöhten Sicherheitsbereich wie Tripleader, Canyoning, Riverrafting, Seilspezialist/in, Seilparkoperator/in, Kanuguide, Höhlenführer/in, Bungee:

www.swissoutdoorassociation.ch

Ausbildungen für Events in der Natur sind je nach Anbieter und Weiterbildung verschieden.

www.druwel11.ch

www.planoalto.ch

www.wakonda.ch

Paartanzlehrer/in BP

Paartanzlehrerinnen und -lehrer erteilen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen Gruppen- oder Einzelunterricht in unterschiedlichen Tanzrichtungen und -stilen, zum Beispiel Standard-, Latin- und Swingtänzen oder Salsa, Tango Argentino und Modetänzen. Im Gegensatz zum Einzel- oder Gruppentanz findet beim Paartanz ein Zusammenspiel zwischen zwei Personen statt.

Paartanzlehrpersonen kontrollieren und korrigieren die Schrittfolgen, den Rhythmus und die Körperspannung und helfen, diese zu verbessern. Als Unterrichtsvorbereitung gestalten Paartanzlehrerinnen und -lehrer eine zur Musik passende Choreografie. Die Schritt- und Bewegungsfolgen üben sie mit ihren Tanzschülerinnen und -schülern ein. Bei Tanzwettbewerben müssen die Tanzpaare die Choreografien hingegen nicht nur verinnerlichen, sondern auch mit ihrem persönlichen Tanzstil verbinden. Helfen, diesen eigenen Stil herauszuarbeiten, gehört ebenfalls zu den Aufgaben von Paartanzlehrpersonen. Ausserhalb des regulären Kurzwesens führen sie Tanzabende und Bälle durch, oder sie koordinieren und choreografieren Programme für Tanzvorführungen.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swissdance.ch

www.sportartenlehrer.ch

Personal Trainer/in

Personal Trainerinnen und Trainer sind Sportlehrerin oder -lehrer, Gesundheitsberaterin oder -berater und Motivationspartnerin oder -partner in einer Person. Sie richten ihre Angebote an Menschen, die eine persönliche Betreuung wünschen oder ein bestimmtes Ziel erreichen wollen, sei es Muskelaufbau, Gewichtsreduktion oder Stressabbau. Dabei erstellen sie individuelle Trainingsprogramme, die von Nordic Walking und Jogging über Krafttraining und Mountainbiking bis hin zu Tennis reichen können.

Neben dem sportlichen Aspekt beraten Personal Trainerinnen und Trainer auch bezüglich Ernährung, Stressreduktion und Entspannung. Ob im Fitnesszentrum, im eigenen Studio oder bei Outdooraktivitäten – die Berufsleute begleiten ihre Kundenschaft professionell und passen Trainingsinhalte bei Bedarf an. Sie beobachten den Fortschritt ihrer Kundinnen und Kunden und reagieren flexibel auf Veränderungen.

Neben der Eins-zu-eins-Betreuung der Kundenschaft gehört die Instandhaltung von Sportmaterial zum Alltag. Diskretion, Ehrlichkeit und Seriosität sind ebenso wichtig wie eine positive Ausstrahlung und eine eigene gesunde Lebensführung.

Ausbildung:

Der Titel «Personal Trainer/in» ist nicht geschützt, die Berufsausübung kann mit diversen Bewegungsausbildungen und auf verschiedenen Bildungsstufen erfolgen. Beispiele sind: Fachmann/-frau Bewegungs- und Gesundheitsförderung EFZ, Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP, Bewegungspädagoge/-pädagogin HF, Bachelor oder Master of Science im Bereich Sport- und Bewegungswissenschaften oder Physiotherapie.

www.sptv.ch

Pilatestrainer/in, Pilates-Kursleiter/in

Pilatestrainerinnen und -trainer beziehungsweise Pilates-Kursleitende unterrichten die Pilates-Methode, ein ganzheitliches Körpertraining, das besonders die tiefliegenden Muskeln in Rumpf und Beckenboden stärkt. Dabei achten sie auf eine saubere Technik und die richtige Tiefenatmung, damit Teilnehmende Haltung und Körperspannung verbessern. Zu ihren Aufgaben gehört das Planen von Lektionen, die auf unterschiedliche Bedürfnisse abgestimmt sind. Während der Kurse leiten und korrigieren sie Bewegungsabläufe, um Fehlbelastungen zu verhindern. Pilatestrainerinnen und -trainer sind oft freiberuflich tätig oder arbeiten in Fitnessstudios, Gesundheitszentren oder eigenen Studios. Ihre Arbeitszeiten sind meist flexibel und finden häufig zu Randzeiten statt. Neben dem Unterricht kümmern sie sich um Werbung und Organisation, etwa über Social Media oder Flyer.

Ausbildung:

Es existiert eine Vielzahl an Aus- und Weiterbildungsangeboten. Der Berufsverband Gesundheit und Bewegung Schweiz bietet ein Verbundzertifikat Pilatestrainer/in BGB an.

www.bgb-schweiz.ch

Qi Gong Kursleiter/in

Qi Gong Kursleiterinnen und Kursleiter vermitteln eine uralte chinesische Bewegungs- und Gesundheitslehre, die Körper und Geist in Einklang bringen soll. Regelmässiges Üben hilft, Verspannungen zu lösen, die Beweglichkeit zu verbessern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

Zu den Aufgaben der Qi Gong Kursleitenden gehört es, Lektionen für Gruppen oder für den Einzelunterricht zu planen und durchzuführen. Dabei richten sie den Unterrichtsraum stimmungsvoll ein und achten auf die individuelle Verfassung der Teilnehmenden. Anatomische und physiologische Grenzen werden berücksichtigt, um Überlastungen zu vermeiden. So lernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt, die Qi Gong-Übungen sicher und bewusst auszuführen.

Wer sich in diesem Bereich selbstständig macht, übernimmt auch organisatorische Aufgaben wie Kursplanung, Marketing und Rechnungswesen. Viele Qi Gong Kursleitende arbeiten freiberuflich oder nebenberuflich, etwa in Volkshochschulen, Vereinen, Gesundheitszentren oder eigenen Studios. Die Kurszeiten liegen oft in den Abendstunden oder am Wochenende.

Ausbildung:

Es existiert keine eidgenössisch reglementierte Ausbildung. Verschiedene Schulen und Verbände bieten jedoch unterschiedlich lang dauernde Ausbildungs- und Diplomlehrgänge an. Es empfiehlt sich, die Kurskonzepte miteinander zu vergleichen.

www.sgqt.ch

Runninglehrer/in BP

Runninglehrerinnen und -lehrer betreuen Anfängerinnen und Anfänger, Fortgeschrittene und leistungsorientierte Läuferinnen und Läufer in Einzel- oder Gruppensettings. Ihr Ziel ist es, die Ausdauer, Technik und allgemeine Fitness der Teilnehmenden zu verbessern. Zu den Hauptaufgaben gehört die Planung und Durchführung strukturierter und abwechslungsreicher Lektionen. Diese umfassen Lauftechnik, Laufstil, Ausdauertraining sowie laufspezifische Kraft-, Gleichgewichts- und Beweglichkeitsübungen. Neben der Trainingsgestaltung beraten sie auch zu Themen wie Ausrüstung, trainingsbegleitender Ernährung und einem gesunden Lebensstil.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die zur Berufsprüfung hinführende Ausbildung ist im Aufbau.

www.swiss-athletics.ch
www.sportartenlehrer.ch

Schauspieler/in FH

Schauspielerinnen und Schauspieler stellen auf der Bühne und vor der Kamera fiktive und historische Figuren dar. Sie benutzen ihren Körper und ihre Stimme als Instrumente zur Gestaltung von Rollen. Je nach Theater-, Film- oder Fernsehproduktion haben Schauspielerinnen und Schauspieler weniger oder mehr Spielraum für die eigene Rolleninterpretation und das Einbringen eigener Ideen. Häufig geht es darum, die Vorstellungen der Regisseurin oder des Regisseurs umzusetzen. Mehr Mitgestaltungsmöglichkeiten bestehen bei freien Produktionen.

Tanz und Akrobatik können ebenfalls Teil der Schauspielausbildung sein. Hier steht die gesprochene Sprache im Hintergrund. Die Schauspielerinnen und Schauspieler lassen sich durch Alltägliches inspirieren, kreieren daraus Figuren und Geschichten, die sie vor allem mit Körpersprache darstellen. Je nach Disziplin (Bodenakrobatik, Trapez, Seiltanz, Jonglieren, Musikinstrumente usw.) verwenden sie verschiedene Requisiten. Einige gründen selbst Kleinformationen oder schliessen sich einem Ensemble an und arbeiten in der freien Theaterszene. Auch beim Zirkus sind Engagements möglich.

Ausbildung:

Bachelor «Theater»: 3 Jahre Vollzeit, Master: 2 Jahre Vollzeit.

www.berufsberatung.ch/theaterberufe
www.academiadimitri.ch

Auch private Schulen bieten Ausbildungen in Bewegungstheater, Clownerie oder Akrobatik an. Diese werden nicht mit einem Bachelordiplom abgeschlossen. Es empfiehlt sich, die Angebote sorgfältig zu vergleichen. Siehe auch die Berufsbeschreibung «Zirkusartist/in».

Schneesportlehrer/in BP

Schneesportlehrerinnen und -lehrer unterrichten Kinder, Jugendliche und Erwachsene in den Disziplinen Ski, Snowboard, Langlauf oder Telemark. Sie gestalten Einzel- und Gruppenunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene, setzen Lernziele, planen Übungen und demonstrieren Fahrtechniken. Dabei korrigieren sie Haltungsfehler und fördern sowohl die Sicherheit als auch den Spass am Schneesport.

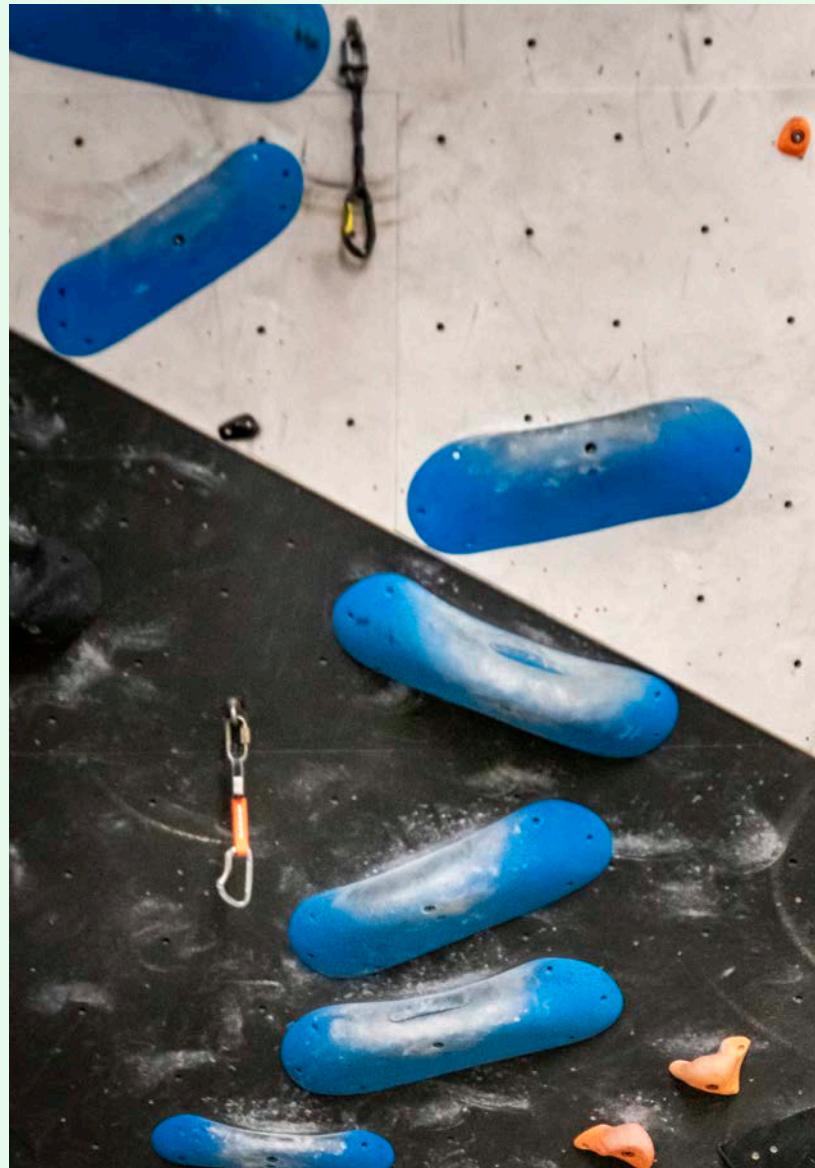
Neben technischen Fertigkeiten sind soziale Kompetenzen wichtig, da sie Lernende unterschiedlicher Herkunft betreuen und oft in deren Muttersprache unterrichten. Sie fördern den Kontakt innerhalb der Gruppen und vermitteln bei Bedarf kulturelle und geografische Besonderheiten der Schweiz. Mit abwechslungsreichen Programmen stärken sie die Motivation, auch bei Herausforderungen wie Ängsten oder schlechten Wetterbedingungen.

Schneesportlehrerinnen und -lehrer tragen grosse Verantwortung und treffen sicherheitsrelevante Entscheidungen basierend auf Wetter- und Lawinenberichten. Sie sind im Rettungswesen geschult und benötigen für den Unterricht ausserhalb gesicherter Pisten eine Bewilligung. Meist arbeiten sie saisonal für Skischulen, Hotels oder Verkehrsvereine, oft auch an Wochenenden und Feiertagen. Ihr Arbeitseinsatz hängt stark vom Wetter und von der Anzahl Buchungen ab.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die Berufsprüfung dauert mindestens 2 Jahre.

www.snowsports.ch
www.ssbs.ch



Schwimminstruktor/in

Schwimminstruktorinnen und -instruktoren erteilen Schwimmunterricht, hauptsächlich an Schulen. Sie unterrichten Kinder und Jugendliche im Schulschwimmen und im Schwimmen als Breitensport. Sie planen und organisieren den Unterricht, erstellen ein zielgruppengerechtes Unterrichtsprogramm, definieren kompetenzorientierte Ziele und werten die Lektionen aus. Ihren Schülerinnen und Schülern bringen sie unter anderem die Schwimmarten Brust, Kraul und Rückenkraul bei. Mit unterschiedlichen methodischen Formen begleiten und fördern sie die Schülerinnen und Schüler im Bewegungslernen.

In der Schule arbeiten sie im Teamteaching mit anderen Lehrpersonen zusammen und setzen sich in der Elternarbeit ein. Vielerorts sind sie in das Lehrerteam integriert und arbeiten bei schulischen Projekten mit.

Zur Ausbildung gehört auch der Unterricht mit Erwachsenen sowie mit Seniorinnen und Senioren. Sie verfügen zudem über Fachwissen und persönliche Fertigkeiten in Artistic Swimming, Wasserspringen, Wasserball, Tauchen und in der Wassersicherheit. Sie kennen die Gefahren im Wasser und reagieren in Notfallsituationen angemessen.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende, modulare Ausbildung ist nicht eidgenössisch reglementiert. Sie ist im Kanton Zürich von der Bildungsdirektion anerkannt als Fachlehrer-Diplom. Ausbildungsdauer je nach Vorbildung.

www.swimsports.ch

www.jugendundsport.ch



Schwimmsportlehrer/in BP

Schwimmsportlehrerinnen und -lehrer erteilen Schwimmunterricht für Einzelne oder Gruppen aller Altersstufen, vorwiegend im kommerziell genutzten Freizeit- beziehungsweise Breitensport und im Vereins-Sport. Dabei richten sie die Lektionen und Kursinhalte individuell nach den Zielen und Bedürfnissen ihrer Lernenden. Sie begleiten die Lernenden von der Wassergewöhnung hin zu weiteren Kompetenzstufen. Neben dem Schwimmen schulen sie auch Elemente des Wasserspringens, Synchronschwimmens, Wasserballs und der Wassersicherheit. Schwimmsportlehrerinnen und -lehrer tragen eine grosse Verantwortung und kennen die Gefahren im und am Wasser. In Notfällen und Ausnahmesituationen handeln und reagieren sie schnell und richtig.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab. Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swiss-aquatics.ch

www.swimsports.ch

www.sportartenlehrer.ch

Segellehrer/in BP

Segellehrerinnen und -lehrer erteilen sowohl Gruppen- als auch Einzelunterricht auf verschiedenen Fähigkeitsniveaus, planen, organisieren und leiten den Unterricht, werten ihn aus und führen Tests durch. Am Anfang eines Kurses machen Segellehrerinnen und Segellehrer die Kursteilnehmenden mit den Fächerausdrücken rund ums Segeln vertraut. Sie zeigen ihnen, wie sie die Windrichtung erkennen und das Wetter beurteilen können. In einem nächsten Schritt werden die Segel gehisst. Segellehrerinnen erklären, wie man vom Steg ablegt, und ein erstes Kursfahren kann beginnen. Die Instruktion geschieht vor allem durch Erklären und Vorzeigen. Sie üben zunächst die Grundmanöver Wenden und Halsen ein, je nach Ausbildungsstand der Kundinnen und Kunden wird ein weiteres Manöver gezeigt.

Neben den Manövern und Grundlagenkenntnissen der Navigation, wie zum Beispiel der Standortbestimmung durch Kreuzpeilung, behandeln Segellehrerinnen und -lehrer auch Themen wie Sicherheit an Bord, Vortrittsregeln sowie Wetterbeurteilung. Der Sicherheit und Gesundheit der Kundschaft kommt in allen Situationen höchste Priorität zu. Segellehrerinnen kennen die Vorschriften, die sich aus versicherungsrechtlicher Sicht ergeben, und treffen die entsprechenden Vorkehrungen, um Sicherheit zu gewährleisten.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.segel-und-bootsfahrlehrer.ch

www.swiss-sailing.ch

www.sportartenlehrer.ch

Solotanzlehrer/in BP

Solotanzlehrerinnen und -lehrer BP unterrichten Tanztechniken ohne Tanzpartner. Sie leiten Gruppen- und Einzelstunden für Teilnehmende unterschiedlicher Fähigkeitsniveaus und Altersgruppen. Im Unterricht stehen Koordination, Rhythmus und Körperbeherrschung im Fokus. Solotanzlehrerinnen und -lehrer erklären grundlegende Bewegungsabfolgen, zeigen Choreografien vor und üben diese mit den Schülerinnen und Schülern ein.

Die Unterrichtsinhalte variieren je nach Spezialisierung. Sie umfassen Stile wie Ballett, Jazz, Contemporary Dance, Hip-Hop, Breakdance oder orientalischen Tanz. Auch Standard- und Lateintänze werden als Soloversion unterrichtet. Solotanzlehrende bereiten ihre Kursteilnehmenden auf Aufführungen, Wettbewerbe oder den persönlichen Fortschritt vor. Ergänzend zu ihrer Unterrichtstätigkeit übernehmen sie administrative Aufgaben wie Kursorganisation, Rechnungsstellung und Eventplanung.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die zur Berufsprüfung hinführende Ausbildung ist im Aufbau und wird voraussichtlich ab 2026 angeboten.

www.swissdance.ch

www.sportartenlehrer.ch

Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP

Spezialistinnen und Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung planen und leiten individuelle Kurse und Trainings für Kundinnen und Kunden jeden Alters. Sie verfügen über vertieftes Wissen in Anatomie, Trainingslehre und Didaktik und berücksichtigen gesundheitliche Einschränkungen. Während der Ausbildung spezialisieren sie sich auf eine der beiden Fachrichtungen «Fitness- und Gesundheitstraining» oder «Körper- und Bewegungsschulung».

In der Fachrichtung «Fitness- und Gesundheitstraining» liegt der Fokus auf gerätegestütztem Kraft- und Ausdauertraining, wobei die Kundenschaft beim richtigen Umgang mit Geräten und der Belastungsanpassung unterstützt wird. In der Fachrichtung «Körper- und Bewegungsschulung» führen sie Kurse wie Gymnastik, Aquafitness oder Entspannungstechniken durch und organisieren zum Beispiel Aktivferien oder Gesundheitsevents.

Neben Trainingsaufgaben übernehmen die Spezialistinnen und Spezialisten Bewegungs- und Gesundheitsförderung auch Management-, Verkaufs- und Kommunikationsaufgaben, leiten Teams und betreuen Lernende. Sie arbeiten in Fitnesszentren, Hotels oder Pflegezentren und sind oft selbstständig tätig. Die Arbeitszeiten sind flexibel, aber oft unregelmässig, und das Einkommen hängt von der Auftragslage ab.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die Berufsprüfung dauert rund 1 Jahr.

www.bgb-schweiz.ch

www.bewegung-und-gesundheit.ch

www.sfgv.ch/home

Sportartenschulleiter/in HFP

Sportartenschulleitende tragen Verantwortung für die sportliche, pädagogische und betriebswirtschaftliche Ausrichtung einer Sportartenschule. Sie definieren strategische Ziele, planen Veranstaltungen und Angebote, vertreten die Schule nach aussen und koordinieren die Zusammenarbeit mit Behörden, Fachleuten und Verbänden.

Zu ihren Aufgaben gehören die Personalführung, die Rekrutierung, Förderung und Unterstützung von Mitarbeitenden sowie die Organisation von Weiterbildungen. Administrativ erstellen sie Jahresbudgets, koordinieren die Infrastrukturpflege und überwachen Ausbau- und Reparaturarbeiten.

Sportartenschulleitende sind ausgebildete Sportartenlehrpersonen mit betriebswirtschaftlichen, sportartspezifischen und pädagogischen Kompetenzen. Sie arbeiten angestellt oder selbstständig in Teil- oder Vollzeit in Schulen wie Tennis-, Karate- oder Golfzentren. Ihre Arbeit ist oft saisonabhängig und richtet sich nach der Nachfrage.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die höhere Fachprüfung dauert rund 1 Jahr.

www.sportartenlehrer.ch

Sportkoordinator/in

Sportkoordinatorinnen und -koordinatoren sind Drehscheibe für die kommunale Bewegungs- und Sportförderung. Sie sind in die örtliche Verwaltung eingebettet und verfügen über die notwendigen Kompetenzen und Entscheidungsbefugnisse, um ein lokales Bewegungs- und Sportnetz zu entwickeln. Ihre Aufgaben umfassen die Koordination aller im Sportbereich tätigen Akteurinnen und Akteure, also Bevölkerung, Vereine, Schulen und private Anbieter. Zudem sind sie für die Planung und Steuerung von Veranstaltungen zuständig.

Sportkoordinatorinnen und -koordinatoren optimieren die Nutzung vorhandener Sportanlagen und stossen neue Angebote an, die sich an die gesamte Bevölkerung richten. Zudem sorgen sie für eine gezielte Kommunikation über sämtliche Bewegungs- und Sportmöglichkeiten innerhalb der Gemeinde oder Region, um eine möglichst breite Beteiligung zu fördern.

Ausbildung:

Das Bundesamt für Sport (BASPO) bietet entsprechende Ausbildungen an.

www.baspo.ch

(Sport-)Lehrer/in Vorschul- und Primarstufe, Sekundarstufe I oder II PH, UNI

Sportlehrerinnen und -lehrer unterrichten an öffentlichen oder privaten Schulen. Sie beherrschen verschiedene Sportarten, kennen deren Technik und Taktik. Berufliches Ziel ist die Förderung von Fitness, Gesundheit und sozialen Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Zu ihren Aufgaben gehören die Unterrichtsvorbereitung unter Berücksichtigung der sportlichen und pädagogischen Ziele, die Durchführung abwechslungsreicher Lektionen drinnen oder draussen sowie die Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen sowie der Schulleitung. Sie fördern motorische und sportliche Fähigkeiten durch Teamspiele, Leichtathletik oder rhythmische Bewegungen. Zudem organisieren sie Sportveranstaltungen und Lager, kümmern sich um Logistik, Betreuung und Budget. Beruflich sind sie an öffentlichen oder privaten Schulen tätig. Manche arbeiten in der Ausbildung künftiger Lehrpersonen oder für Institutionen im Gesundheitsbereich. Sie können sich auf spezielle Zielgruppen wie Menschen mit körperlichen Einschränkungen spezialisieren. Der Unterricht findet meist in Turnhallen, zuweilen auf dem Sportplatz oder in der Natur statt. Die Vorbereitung sowie administrative Arbeiten geschehen in Schulräumen. Die Berufsaussichten variieren je nach Region und Schulstufe. Je nach Stufe und Ausbildung unterrichten sie nur Sport oder auch andere Fächer, für die sie ein Lehrdiplom besitzen.

Ausbildung:

Universitätsstudium und/oder Studium an einer Pädagogischen Hochschule. Weitere Informationen zu den Ausbildungswegen finden Sie im Kapitel «Sport in der Schule unterrichten».

www.sportstudien.ch

www.berufsberatung.ch/primarstufe

www.berufsberatung.ch/sekundarstufe-1

www.berufsberatung.ch/sekundarstufe-2

Sportmanager/in

Sportmanagerinnen und -manager kümmern sich um die betriebswirtschaftlichen Aspekte des Sports und haben ihre Arbeitsfelder sowohl im Spitzensport als auch im Breitensport. Sie arbeiten meist in der Leitung eines Sportverbandes, Sportvereins, Fitnessstudios oder einer anderen Organisation im Zusammenhang mit Sport, Fitness oder Wellness.

- Im Sport- und im Eventmanagement befassen sie sich unter anderem mit Sportstättenmanagement, Verkaufsförderung und Öffentlichkeitsarbeit.
 - Athletenmanagerinnen und -manager übernehmen die organisatorischen und versicherungstechnischen Aufgaben von Sportlerinnen und Sportlern und ihre Vermarktung.
 - Sportmanagerinnen und -manager in Clubs sind zuständig für die Vermarktung, die Ticketing- und Hospitality-Angebote oder den Verkauf der Sponsoring-Plattformen.
 - Verbandsmanagerinnen und -manager optimieren die Rahmenbedingungen für die Ausübung der Sportarten.
 - Weiter vermarkten Sportmanagerinnen und -manager in Sportagenturen grosse Sportveranstaltungen.
- Erforderlich sind fachliches Wissen aus den Bereichen Sport und Wirtschaft, Führungs- und Sozialkompetenzen, eine hohe Integrationsfähigkeit, Kontaktfreude und Einsatzbereitschaft.

Ausbildung:

Verschiedene Ausbildungen führen ins Sportmanagement.

Studium an einer Fachhochschule:

www.fhgr.ch/sportmanagement

www.ehsm.ch

www.ffhs.ch

Studium an einer universitären Hochschule (zum Beispiel Fächerkombination Bewegungs- und Sportwissenschaften/Wirtschaft):

www.berufsberatung.ch/sport

Weiterbildung an Hochschulen (CAS/DAS/MAS) oder Lehrgänge an privaten Institutionen.

Eine Übersicht über die verschiedenen Ausbildungen ist auf der Website der Schweizer Vereinigung der Sportmanager verfügbar:

www.sportmanagers.ch



Sportwissenschaftler/in FH, UNI, ETH

Im Zentrum von Sportstudiengängen an Hochschulen stehen Sport, Bewegung und Gesundheit aus naturwissenschaftlicher, aber auch aus sozial- und geisteswissenschaftlicher Sicht. An Bedeutung gewonnen hat in den vergangenen Jahren der Zweig der Gesundheitswissenschaft.

- Die Studienrichtung Bewegungswissenschaften und Sport vermittelt die wissenschaftlichen Methoden, mit denen Bewegung untersucht und gemessen werden kann. Absolventinnen und Absolventen forschen und arbeiten mit Fachleuten aus Medizin, Biologie oder Physik, zum Beispiel an unfall- und krankheitsbedingten Störungen des Bewegungsapparates und an geeigneten Therapieprogrammen.
- Der Wissenschaftszweig der Gesundheitswissenschaft beschäftigt sich mit der Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit von Einzelpersonen und der Gesellschaft. Zum Zug kommen Disziplinen wie Medizin, Psychologie, Biologie oder Ökonomie.

Die Tätigkeitsfelder von Sportwissenschaftlerinnen und -wissenschaftlern sind vielfältig und reichen von Forschung und Lehre an Hochschulen über Leistungsdiagnostik, Trainingsplanung, Ergonomie und Arbeitsmedizin bis hin zu Marketing für gesundheitsbezogene Produkte. Je nach Bereich sind zusätzliche Kenntnisse in Betriebswirtschaft, Informatik, Psychologie oder Public Relations erforderlich.

Ausbildung:

Je nach Fachhochschule, Universität oder ETH verschiedene Studienrichtungen (Bewegungs- und Sportwissenschaften, Gesundheitswissenschaften und Technologie, Prävention und Gesundheitsförderung) mit unterschiedlichen Schwerpunkten.

Bachelorstudium: 3 Jahre Vollzeit (Teilzeit nicht überall möglich), Masterstudium: 2 Jahre.

www.berufsberatung.ch/sport

www.berufsberatung.ch/gesundheitswissenschaft

Stuntman/Stuntwoman

Stuntmen und Stuntwomen übernehmen in akrobatischen oder gefährlichen Filmszenen die Rolle von Schauspielerinnen und Schauspielern. Sie bereiten die entsprechenden Szenen organisatorisch vor, stellen dafür notwendige Werkzeuge und Requisiten bereit und koordinieren die Abläufe mit Regie, Kamera und Darstellerinnen sowie Darstellern.

Grundvoraussetzungen sind eine sehr gute körperliche Verfassung, überdurchschnittliches Körpergefühl und sportliche beziehungsweise schauspielerische Fähigkeiten. Handwerkliches Geschick, räumliches Vorstellungsvermögen sowie ein gutes Gefahrenbewusstsein sind ebenfalls wichtig. Da der Arbeitsmarkt begrenzt ist, müssen Stuntleute mehrere Disziplinen beherrschen (zum Beispiel Body-, Flug-, Auto-, Pferde-, Fecht-, Karatestunts). Stuntleute arbeiten meist frei- oder neben-beruflich und werden tageweise gebucht. Auftraggeber sind Film, Fernsehen, Theater, Werbung oder Freizeitparks.

Ausbildung:

Eine geregelte Ausbildung gibt es nicht. Üblich ist das Training on the Job, etwa in Form eines Volontariats bei einem Stuntteam. Oft werden auch Stuntkurse oder Ausbildungen im Ausland besucht.

www.ssfv.ch

www.german-stunt-association.de

Tanzpädagoge/-pädagogin

Tanzpädagoginnen und -pädagogen unterrichten verschiedene Techniken des künstlerischen Bühnentanzes. Meistens arbeiten sie mit Kindern und Laien verschiedener Niveaus, schulen manchmal auch im Feld des professionellen Bühnentanzes und in der professionellen Tanzausbildung. Sie bereiten Gruppen- und Einzelstunden im klassischen Ballett, in zeitgenössischen Tanzformen und in weiteren Tanzstilen vor und leiten diese. Bei den Tänzerinnen und Tänzern fördern sie die tänzerische Gestaltungs- und Ausdrucksfähigkeit und beziehen Musikverständnis, Rhythmus, Gestik und Mimik mit ein.

Ausbildung:

Das Masterstudium «Dance, Teaching and Rehearsing Dance Professionals» an der ZHdK dauert 2 Jahre.

www.zhdk.ch/tanz

Eine höhere Fachprüfung (HFP) in Tanz- und Zirkuspädagogik ist in Planung.

Aktuelle Ausbildungsalternativen im In- und Ausland sind auf der Website des Berufsverbands der Schweizer Tanzschaffenden zu finden.

www.dancesuisse.ch

Tauchlehrer/in

Tauchlehrerinnen und -lehrer vermitteln Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen sowohl praktische als auch theoretische Fertigkeiten rund um das Sporttauchen. Sie unterrichten in Tauchzentren oder Tauchclubs, welche Kurse in Schwimmbecken, Seen, Flüssen oder im Meer anbieten. Zu ihren Aufgaben gehört es, den Unterricht sorgfältig zu planen und auf unterschiedliche Altersgruppen und Niveaus auszurichten. Dabei tragen sie die Verantwortung für die Sicherheit ihrer Auszubildenden.

Bestandteile der Ausbildung sind das Demonstrieren zentraler Tauchfertigkeiten wie das Ausblasen der Maske, das Ausblasen des Lungenautomaten sowie der Gebrauch einer alternativen Luftversorgung. Zudem zeigen Tauchlehrerinnen und -lehrer, wie man sich unter Wasser richtig verhält, sich orientiert und welche physikalischen Faktoren wie Luft- und Wasserdruk dabei eine Rolle spielen. Auch der Umgang mit Strömungen und Gewässerkunde fliessen in den Unterricht ein, um zukünftigen Taucherinnen und Tauchern einen möglichst umfassenden Einblick in die Unterwasserwelt zu geben.

Ausbildung:

Es gibt keine eidgenössisch reglementierte Ausbildung. Ausbildungen bieten der Schweizerische Tauchlehrerverband (CMAS) oder die Professional Association of Diving Instructors (PADI) an.

www.cmas.ch

www.padi.com



Tennislehrer/in BP

Tennislehrerinnen und -lehrer erteilen Tennisbegeisterten in allen Alters- und Leistungsklassen Einzel- und Gruppenunterricht im Freizeit- sowie im Breitensport. Sie berücksichtigen dabei die unterschiedlichen Leistungsniveaus und -ansprüche und trainieren mit ihren Schülerinnen und Schülern an einem ausgereifteren Tennisspiel. Sie richten die Lektionen und Kursinhalte individuell nach den Zielen der Spielerinnen und Spieler. Durch Erklären und Vorzeigen bringen sie ihnen die Bewegungsabläufe und Spieltechniken bei. Sie schulen die technischen, taktischen, physischen und psychischen Kompetenzen und behandeln unter anderem die Grundschläge wie Vorhand, Rückhand und Aufschlag sowie die strategischen Schläge wie Volley, Smash und Stoppball. Im Unterricht setzen Tennislehrerinnen und -lehrer Hilfsmittel wie unterschiedlich harte Bälle, Ballwurfmashine, Trainingswand, Video, Ringe, Kegel, tiefere Tennisnetze und verkleinerte Tennisfelder ein.

Tennislehrpersonen üben ihren Beruf als Selbstständigerwerbende mit unternehmerischem Risiko oder im Angestelltenverhältnis aus. Beschäftigt werden sie haupt- oder nebenamtlich zum Beispiel von Tennisclubs und Tenniszentren, Sportschulen oder Sporthotels.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.swisstennis.ch

www.sportartenlehrer.ch

Porträt S. 48

Trainer/in Leistungssport BP

Trainerinnen und Trainer Leistungssport coachen Athletinnen und Athleten auf regionalem und nationalem Niveau mit dem Ziel, deren Leistungsfähigkeit zu optimieren und sie auf Wettkämpfe vorzubereiten. Sie planen individuell abgestimmte Trainingsprogramme, die konditionelle, technische und mentale Aspekte berücksichtigen, und begleiten ihre Schützlinge vor, während und nach dem Wettkampf.

Neben dem physischen Training liegt der Fokus auf mentalem Coaching. Trainerinnen und Trainer Leistungssport stärken die Konzentration, das Selbstvertrauen und die emotionale Kontrolle der Sportlerinnen und Sportler. Sie analysieren deren Leistungen und entwickeln Strategien für nachhaltige sportliche Weiterentwicklung. Zudem fördern sie Nachwuchstalente und betreuen Teams oder einzelne Athletinnen und Athleten ganzheitlich.

Je nach Anstellung unterstützen sie Sportlerinnen und Sportler bei der Karriereplanung, bei der Gesundheitserhaltung und/oder der Organisation von Wettkämpfen. Sie arbeiten eng mit Fachleuten, Verbänden und Medien zusammen. Die Tätigkeit ist anspruchsvoll und umfasst unregelmäßige Arbeitszeiten, Abend- und Wochenendeinsätze sowie Reisen. Trainerinnen und Trainer Leistungssport sind meist für Vereine oder Clubs tätig und arbeiten in einem wettbewerbsintensiven Arbeitsumfeld.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die Berufsprüfung dauert rund 2 Jahre.

www.trainerbildung.ch

www.swissolympic.ch

www.swisscoach.info

Trainer/in Spitzensport HFP

Trainerinnen und Trainer Spitzensport coachen Athletinnen und Athleten auf nationalem und internationalem Niveau. Sie leiten die Sportlerinnen und Sportler fachlich, organisatorisch und personell, optimieren ihre Leistungsentwicklung und begleiten sie zu Wettkämpfen und Meisterschaften weltweit. Die Trainingsplanung basiert auf wissenschaftlichem Know-how und wird individuell auf Leistung, Alter und Bedürfnisse der Sportlerinnen und Sportler abgestimmt. Im Fokus stehen die Vorbereitung auf Wettkämpfe sowie die Betreuung vor, während und nach diesen. Sie berücksichtigen sportartspezifische Anforderungen wie Technik, Taktik, Psyche und Regeneration und fördern die mentale Stärke der Athletinnen und Athleten durch psychologisches Coaching.

Neben der direkten Arbeit mit den Sportlerinnen und Sportlern übernehmen Trainerinnen und Trainer Spitzensport organisatorische Aufgaben: Sie leiten Trainerinnen- und Trainerteams, entwickeln Karrierepläne, pflegen Kontakte zu Medien und Verbänden und fördern Talente. Dabei arbeiten sie eng mit Fachleuten aus Medizin, Ernährung und Psychologie zusammen. Je nach Einsatzbereich organisieren sie auch Wettkämpfe oder repräsentieren Vereine und Verbände.

Die Arbeit ist vielseitig und anspruchsvoll. Sie umfasst oft Abend- und Wochenendeinsätze sowie internationale Reisen. Trainerinnen und Trainer Spitzensport sind für Vereine, Verbände oder Clubs tätig, teils auch im Ausland. Der Arbeitsmarkt ist wettbewerbsintensiv und erfordert hohe Flexibilität.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die höhere Fachprüfung dauert 2 bis 3 Jahre.

www.trainerbildung.ch

www.swissolympic.ch

www.swisscoach.info

Wanderleiter/in BP

Wanderleiterinnen und -leiter planen und leiten Wanderungen, Schneeschuh- oder Trekkingtouren, Besichtigungen und Exkursionen. Ihre Kundschaft besteht aus Einzelpersonen und Gruppen wie Schulklassen, Familien, Unternehmen oder Vereinen. Die Fachleute planen die Aktivitäten angepasst an die Wünsche und Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden. Wanderleiterinnen und -leiter bewegen sich bis zum mittleren Gebirge, wo sie ohne Hilfsmittel wie Seil und Pickel auskommen. Für Hochgebirgstouren, Klettersteige und Gletscherbegehungen vermitteln sie Interessierte an die zuständigen Bergführerinnen und -führer weiter. Beim Planen und Leiten der Ausflüge beziehen sie regionale Aspekte aus den Bereichen Natur, Kultur, Geschichte und Wirtschaft mit ein. Den Wandernden geben sie Auskunft zu Besonderheiten, zeigen versteckte Aussichtspunkte oder Bauten und erklären Zusammenhänge zwischen topografischer Lage, Wirtschaft, Flora und Fauna. Wanderleiterinnen und -leiter verstehen es, ihre Kundschaft zu begeistern. Sie wecken ihr Interesse auch mit Angeboten wie Themenwanderungen zu Sagen, Kindergeschichten oder zur lokalen Landwirtschaft.

Wanderleiterinnen und Wanderleiter bieten ihre Dienstleistungen in den Bereichen Tourismus, Bildung und Freizeit an. Sie arbeiten oft Teilzeit. Die Arbeit ist saisonabhängig und die Nachfrage regional unterschiedlich.

Ausbildung:

Die berufsbegleitende Vorbereitung auf die Berufsprüfung dauert 1 bis 3 Jahre.

www.schweizer-wanderleiter.ch

www.wanderwege-graubuenden.ch

www.sbv-asgm.ch



Windsurflehrer/in BP

Windsurflehrerinnen und -lehrer unterrichten Jugendliche wie auch Erwachsene im Windsurfsport. Sie vermitteln ihnen die theoretischen und praktischen Kenntnisse und Fertigkeiten, die es braucht, um ein Windsurfbrett sicher zu führen. Sie planen, organisieren und leiten Gruppen- oder Einzelunterricht auf verschiedenen Fähigkeitsniveaus. Windsurflehrpersonen zeigen den Teilnehmenden, wie sie die Windrichtung erkennen, sie vermitteln Basiskenntnisse über das Material und schulen die Grundelemente: starten, drehen, steuern, wenden, halsen, Kurse fahren. Während des Unterrichts beobachten sie ihre Schülerinnen und Schüler, erkennen Fehler und korrigieren Bewegungs- und Handlungsabläufe. Die Instruktion geschieht vor allem durch Erklären und Vorzeigen. Bei ungünstigen Windverhältnissen kann der Schwerpunkt auf das Vermitteln von theoretischen Kenntnissen gelegt werden. Neben den Manövern gehören Themen wie Sicherheit, Vorfahrts- und Vortrittsregeln, Wetterbeurteilung sowie Materialkenntnisse dazu. Die Sicherheit und Gesundheit der Kundenschaft hat in allen Situationen höchste Priorität.

Ausbildung:

Die Anzahl Kurstage sowie die Gesamtdauer der Vorbereitung auf die Berufsprüfung «Sportartenlehrer/in BP» hängt von der Sportart ab.

Die Berufsprüfung wird von der Trägerorganisation sportartenlehrer.ch organisiert und durchgeführt.

www.windsurf.ch

www.sportartenlehrer.ch



Yoga-Therapeut/in

Yoga-Therapeutinnen und -Therapeuten leiten entweder Teilnehmende in Kleingruppen oder in Einzelarbeit an. Gegenstand sind verschiedene Techniken wie Körperstellungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) sowie Konzentrations- und Meditationstechniken. Dabei berücksichtigen sie anatomische und physiologische Möglichkeiten und Grenzen der Kursteilnehmenden und achten darauf, dass diese sich keinen Schaden zufügen. Die Übungen zielen darauf ab, Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und eine zunehmende Selbstverantwortung zu fördern.

Ausbildung:

Während der Titel Yoga-Lehrerin oder Yoga-Lehrer nicht geschützt ist, bieten die Abschlüsse des Verbands Yoga Schweiz (dipl. Yoga-Lehrer/in YCH oder dipl. Yoga-Therapeut/in YCH) oder der Abschluss als Komplementärtherapeut/in in der Methode Yogatherapie eine Qualitätssicherung sowie die Möglichkeit, via Krankenkassen-Zusatzversicherung abzurechnen. Diese Ausbildungen dauern berufsbegleitend rund 4 Jahre.

www.yoga.ch

www.swissyoga.ch

www.oda-kt.ch

Zirkusartist/in

Zirkusartistinnen und -artisten entwickeln Kunststücke, die sie allein oder im Team aufführen. Sie kombinieren Akrobatik, Balance und Jonglage und können Tiere mit einbeziehen. Dazu trainieren sie Körperhaltung, Beweglichkeit und Koordination, wählen Musik und Kostüme aus. Während der Show interpretieren sie Rollen und präsentieren ihre Kunststücke.

Neben der kreativen Arbeit übernehmen sie organisatorische Aufgaben, prüfen Sicherheitsstandards, koordinieren den Transport und warten ihre Ausrüstung. Kommunikation und Administration können ebenso dazugehören: Sie drehen Werbevideos, versenden Unterlagen, verhandeln Gagen und arbeiten mit Veranstaltern zusammen. Da viele Zirkusse wandern, sind sie häufig unterwegs – auch im Ausland – und treten meist abends oder am Wochenende auf. Manche gründen eigene Kompanien oder treten in Theatern und bei Festivals auf. Mit entsprechender Weiterbildung können sie als Trainerinnen und Trainer, Lehrpersonen oder Managerinnen und Manager tätig sein.

Ausbildung:

Die Ausbildung erfolgt meist autodidaktisch oder an Privatschulen. In der Schweiz gibt es keine staatlich geregelte Ausbildung für diesen Beruf. Im Ausland gibt es offiziell anerkannte Hochschulen.

<https://fsec.ch>

www.fedec.eu



Zum Beispiel

In diesem Kapitel kommen vier Berufsleute zu Wort, die im Feld der Bewegung tätig sind. Erfahren Sie, wie der Kletterkurs-Leiter zu seiner Leidenschaft gefunden hat. Welche spannenden Projekte in der Bewegungsförderung anstehen. Weshalb der Leiter des Ausbildungszentrums für den Schweizer Frauenfussballnachwuchs nur vormittags ruhig arbeiten kann. Und welche Aufgaben eine Fitnesstrainerin in und neben den Trainingsstunden hat. Lassen Sie sich von den Porträts für Ihre eigene Laufbahn inspirieren.

«Mein Fokus liegt auf dem Menschen»

Einen Felsen oder eine Boulderwand klettert man nicht schnurgerade hoch – kleine Umwege führen ans Ziel. Ebenfalls mit Umwegen verlief Reto Zürchers beruflicher Weg: Zum Klettern kam der heute 31-Jährige erst im Erwachsenenalter, zu seinem jetzigen Beruf mehr durch Zufall. Seine Zukunft jedoch, die sieht er nun im Klettern.

Als die Seile zu hoch wurden

Seinen ersten Klettergurt besorgte sich Reto Zürcher, als die Seile, die er und ein Pfadi-Freund zwischen die Bäume spannten, gefährliche Höhen erreichten. Neue Bekannte, die er über das Klettern gefunden hatte, nahmen ihn mit zu den J+S-Kursen und fragten ihn schliesslich auch an, ob er als Kursleiter in der Kletterhalle in Uster (ZH) tätig sein möchte. So kam Reto Zürcher zu seinem heutigen Job.

Lange Abende sind garantiert

Seit vier Jahren nun leitet Reto Zürcher Kletterkurse für Kinder und Erwachsene. Diese finden meist am Nachmittag oder Abend statt, entsprechend trifft er zwischen 16 und 19 Uhr in der Halle ein. «Mit den Kleinsten stehen spielerische Bewegungsübungen auf dem Programm, wir arbeiten dazu etwa mit Comics der flinken Marsupilamis.» Ab dem Schulalter taste man sich an Klettertechnik und ans gegenseitige Sichern heran. «Und bei den Erwachsenen geht's Schlag auf Schlag: frontal erklären, kurz vorzeigen, einige Minuten üben lassen, und weiter zum nächsten Thema.» Leitet er einen Kurs allein, ist er für maximal 9 Kinder zuständig. Bei mehreren Kursleitenden sind bis zu 36 Kinder gleichzeitig an der Wand. «Eine gute Beobachtungsgabe und rasche Reaktion sind dann sehr wichtig», betont Reto Zürcher. Geübt



wird in einem abgetrennten Bereich, oder man mischt sich unter die übrigen Hallenbenutzenden – in der grossen Kletterhalle mit 500 bis 800 Kletternden an einem Tag ist das möglich. Lange Abende sind für ihn garantiert. Nach den Kursstunden wird oft noch privat trainiert. Um Kurse in der Kletterhalle anzuleiten, sind Zertifikate vom Verband Schweizer Boulder- und Kletteranlagen (VSBK)

nötig. Während die Ausbildung lokal in den Kletterhallen geschieht, wird die Schlussprüfung von externen Expertinnen und Experten abgenommen. Seit rund einem Jahr verantwortet Reto Zürcher die interne Ausbildung aller Kursleitenden in Uster. Das bedeutet, dass er – je nach Zertifikat, das angestrebt wird – bis zu zehn dreistündige Lerneinheiten organisiert und durchführt. Diese fallen oft aufs Wochenende.

Berufslaufbahn

Alter	Tätigkeit/Abschluss
17–21	Berufliche Grundbildung als Zeichner EFZ, Fachrichtung Landschaftsarchitektur, mit Berufsmaturität
21–23	Arbeit im Lehrbetrieb, Militärdienst
24	Erste J+S-Ausbildung Sportklettern
24–27	Bachelor of Science Landschaftsarchitektur Fachhochschule OST, Vollzeit
27	CAS Geodaten und GIS in der Planung)
27–30	Assistenzstelle, Fachhochschule OST
27–31	Master of Science Raumplanung und Landschaftsarchitektur, Fachhochschule OST, Teilzeit
Seit 27	Kletterkursleiter, Griffig Kletterhalle Uster (ZH)
29	Ausbildung zum VSBK-Instruktur, Verband Schweizer Boulder- und Kletteranlagen (VSBK)
Seit 30	Ausbildungsverantwortlicher, Griffig Kletterhalle Uster (ZH)
Seit 31	Ausbildung zum betrieblichen Mentor mit eidgenössischem Fachausweis

Reto Zürcher

Kletterkursleiter und Ausbildungsverantwortlicher

Menschenverstand statt Verbote

Der Dank eines Kursleiters, der die anspruchsvolle Abschlussprüfung geschafft hat, das Strahlen in den Kinderaugen, wenn eine schwierige Route zum ersten Mal gemeistert ist, bereiten ihm viel Freude, sagt Reto Zürcher. Herausfordernd auf der anderen Seite seien Besuchende, die sich zu risikofreudig verhalten: «In unserer Kletterhalle hatten wir noch keinen gravierenden Unfall. Ich muss aber regelmäßig Leute auf Gefahrensituationen hinweisen.» Das kommt nicht immer gut an: «Niemand gibt gerne zu, seine Partnerin oder seinen Partner in eine gefährliche Situation gebracht zu haben. Andere fühlen sich bevormdet, obwohl wir in der Halle stark auf den gesunden Menschenverstand setzen und weniger auf Verbote.»

Eine eigene Kletterschule als Ziel

Die Arbeit in der Kletterhalle war lange Reto Zürchers Nebenjob – neben dem Studium der Raumentwicklung und Landschaftsarchitektur, welches er Anfang dieses Jahres abgeschlossen hat. 20 bis 40 Prozent betrug sein Pensum, aktuell sind es etwas mehr. «Ich habe mein Pensum erhöht, lebe im Moment vom Klettern und schaue, was auf mich zukommt.» Ganz planlos unterwegs ist der Kletterinstruktur aber nicht: «Gemeinsam mit einer Kollegin und einem Kollegen plane ich, eine Kletterschule zu eröffnen.» Der Fokus soll auf dem Outdoor-Klettern liegen. Beruflich fit machen wollte sich Reto Zürcher dafür mit der Ausbildung zum Sportartenlehrer BP mit eidgenössischem Fachausweis – er scheiterte aber am hohen Kletterniveau, das vorausgesetzt wird. «Für Anfänger mag ich wie ein Profi aussehen – es besteht aber definitiv noch Luft nach oben», sagt er und wirkt immer noch etwas zerknirscht. Die Ablehnung habe



jedoch eine Reflexion in Gang gesetzt: «Mein Fokus liegt nicht auf der Leistung, sondern auf dem Menschen», sagt Reto Zürcher. «Klettern kann helfen, Ängste und Grenzen zu überwinden, die Persönlichkeit zu entwickeln.» Mit dieser Perspektive hat er mittlerweile die Ausbildung zum betrieblichen Mentor BP mit eidgenössischem Fachausweis begonnen.

Sicherung nicht vergessen

Welchen Rat gibt Reto Zürcher Leuten, die Bewegung zum Beruf machen wollen? «Tut es!» Und fügt, ganz der

Kletterinstruktur, an: «Aber habt eine Absicherung in der Hinterhand, eine Rückfallebene, falls es doch nicht klappt oder euch die Freude am Hobby verleidet, sobald das Einkommen davon abhängt.»

Reto Zürcher hat mehrere Rückfallebenen: Sein gelernter Beruf als Zeichner, sein Studium in Raumentwicklung und Landschaftsarchitektur, seine begonnene Ausbildung als betrieblicher Mentor. Im Fokus aber steht derzeit definitiv sein Hobby, sein Beruf, seine Zukunft: das Klettern.

Starthilfe für innovative Bewegungsangebote

Ein farbenfrohes Poster im Flur des Instituts für Sportwissenschaft zieht den Blick auf sich. Das Wimmelbild zeigt eine belebte Stadt, ringsherum Fluss, Wald, Berge. Auffallend: Vom kleinen Jungen bis zur Pensionärin sind alle in Bewegung. Es wird geklettert, getanzt, trainiert, gesurft, Velo gefahren. «Das ist unsere Vision der Schweiz, in der Bewegung und Sport eine grosse Bedeutung einnehmen», sagt Lea Reimann. Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Bern, und ihre Arbeit trägt dazu bei, diese Vision Stück für Stück zu verwirklichen.

Sport und Psychologie

«Geräteturnen, Basketball, Ski, Snowboard, Schwimmen: Als Kind und Jugendliche war ich sehr polysportiv unterwegs», erzählt die heute 31-Jährige, die auch J+S-Ausbildungen in diversen Sportarten absolviert hat. Die Freude an Bewegung und Sport, gepaart mit Interesse am menschlichen Verhalten und Erleben, führte sie nach dem

Gymnasium in Baden (AG) in die Hauptstadt der Schweiz: «Die Uni Bern war damals die einzige Hochschule, an der die Fächerkombination Sportwissenschaft und Psychologie möglich war.» Zur Bewegungs- und Sportförderung kam sie via ein Praktikum am Bundesamt für Sport (BASPO) vor fünf Jahren. Sowohl an der Universität Bern als auch am BASPO arbeitet sie heute in Evaluationsprojekten mit. «Das bedeutet, dass wir Projekte, die Bewegung und Sport fördern, aus wissenschaftlicher Sicht begleiten und auswerten.»

Lieber unkonzentriert arbeiten als Pause machen

Ein Beispiel: Die Wissenschaft hat herausgefunden, dass kurze körperliche Aktivitäten helfen können, konzentrierter und besser zu arbeiten. Nun untersuchen Forschende der Universität, wie solche aktiven Pausen in zwei Firmen eingeführt werden. «Mit Fragebögen erfassen wir den Zustand vor der Intervention und fragen nach einer gewissen Zeit noch

einmal ab, wie es um Wohlbefinden, Teamzusammenhalt usw. steht.» Einsetzen kann Lea Reimann auch ihr psychologisches Know-how: «Obwohl Pausen helfen können, besser zu arbeiten, sind sie sozial eher geächtet. Viele Mitarbeitende fürchten sich davor, sie zu beanspruchen. Deshalb ist es sehr wichtig, die Vorgesetzten ins Boot zu holen. Idealerweise gehen diese sogar als Vorbild voraus.» Zu welchen Erkenntnissen die Studie gelangt ist, kann Lea Reimann leider noch nicht sagen: «Die Datenauswertung und der Schlussbericht stehen noch aus.»

7 x 1 – die Bewegungsformel

Zwei Tage pro Woche ist Lea Reimann am Bundesamt für Sport (BASPO) tätig, das seinen Sitz in Magglingen (BE) hat. Dort arbeitet sie ebenfalls in Evaluationsprojekten, im Innovationslabor «Lab7x1» des Bundesamts. «7x1», das steht für «7 Tage die Woche 1 Stunde Bewegung und Sport». Das «Lab7x1», von dem übrigens das eingangs erwähnte

Berufslaufbahn

Alter	Tätigkeit/Abschluss
15–19	Gymnasium in Baden (AG), Pädagogisch-psychologisches Profil Austauschsemester in North Vancouver, Kanada
20–24	Bachelor of Science in Sportwissenschaft und Psychologie, Universität Bern
20–26	Lehrperson Sport und Englisch, Schule Obersiggenthal (AG)
21–26	Hilfsassistentin am Institut für Sportwissenschaft, Universität Bern
23	Austauschsemester in Charlotte, USA
24–26	Master of Science in Sportwissenschaft und Psychologie, Erziehungswissenschaft im Nebenfach, Universität Bern
24–26	Editorin und Lektorin, Mindrep Verlag AG Uniseminar, Zürich
26–27	Hochschulpraktikum Lab7x1, Bundesamt für Sport (BASPO)
26–29	Lehdiplom für Maturitätsschulen mit berufspädagogischer Qualifikation Sport und Pädagogik / Psychologie, Pädagogische Hochschule Bern
Seit 27	Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Lab7x1, Bundesamt für Sport (BASPO) sowie Institut für Sportwissenschaft, Universität Bern



Lea Reimann

Wissenschaftliche Mitarbeiterin Bewegungs- und Sportförderung

Poster stammt, unterstützt Gemeinden, Vereine und weitere Organisatoren dabei, Projekte für mehr Bewegung und Sport zu entwickeln. «Auf diese Weise leisten wir Starthilfe für innovative Bewegungsvorhaben.»

Eine Brache beleben

«Rock the Block» ist so ein Projekt: Eine unbenutzte Brache in einer städtischen Wohnsiedlung wurde für regelmässige sportliche Aktivitäten umgenutzt. Mit Materialkiste und geleiteten Bewegungsangeboten. «Wir haben das Team, das dieses Angebot auf die Beine stellen wollte, mit gezielten Fragen und mit Know-how unterstützt und gemeinsam die Datenerhebung geplant. Anschliessend haben wir die Resultate besprochen und eine Zusammenfassung erstellt.» Es wurde sichtbar, wer das Angebot genutzt hat und dass die körperliche Aktivität der 6- bis 12-Jährigen im Quartier tatsächlich gestiegen ist. «Die Evaluation hat dazu beigetragen, dass nun eine Stiftung das Projekt finanziert. Es freut mich, dass es dieses Angebot auch nach fünf Jahren noch gibt.»

Befristet von Jahr zu Jahr

Erfolge wie diese motivieren Lea Reimann. «Die Arbeit an der Schnittstelle zwischen Wissenschaft und Praxis zeigt konkrete Wirkung, auch wenn es manchmal etwas Zeit braucht.» Was ihre Arbeit an der Hochschule hingegen mit sich bringt, sind befristete Anstellungen. «Die Verträge gelten jeweils nur für eine begrenzte Zeit. Dann wird entschieden, ob sie verlängert werden.» Bisher konnte Lea Reimann gut abschätzen, ob das jeweils der Fall sein würde. «Eine Garantie gibt es aber keine.» Die wissenschaftliche Mitarbeiterin geht entspannt mit der Situation um. Ein Grund dafür ist, dass



sie mit dem Lehrdiplom für Maturitätsschulen einen beruflichen Plan B hätte. «Meine Zukunft sehe ich jedoch im Moment in der Sportförderung.»

Schwitzen höchstens bei Deadlines

Ins Schwitzen kommt Lea Reimann bei ihrem Beruf selten. «Dass ich meist den ganzen Tag vor dem Computer sitze, ist schon etwas schade», gesteht sie. Dafür finde sie am Abend oder über Mittag die Energie, um Sport zu treiben. «7x1 erreiche ich jedoch auch nicht immer», gibt sie zu. Doch wie lautete noch mal

die Definition einer Vision? Ein Ziel, das man gar nie ganz erreichen kann. Alles andere wäre doch langweilig.

Welcher Sporttyp sind Sie?

Mit dem «Berner Motiv- und Zielinventar» der Universität Bern lässt sich anhand weniger Fragen herausfinden, welcher Sporttyp man ist und welche Sportarten einem zusagen könnten.

<https://bmzi.ispw.unibe.ch>

«Ab dem Mittag ist nichts mehr planbar»

Zwölf, dreizehn oder vierzehn Jahre alt sind sie, die jungen Fussballerinnen, wenn sie aus der ganzen Schweiz für zwei oder drei Jahre nach Biel (BE) ziehen, um im Ausbildungszentrum des Schweizerischen Fussballverbands (SFV) das Rüstzeug für eine Sportkarriere zu bekommen. Gewohnt wird bei einer Gastfamilie, daneben besuchen sie die öffentliche Schule und trainieren im Zentrum. Besuch bei David Meister, Zentrumsleiter und Trainer.

David Meister, welches sind Ihre Aufgaben als Leiter des Ausbildungszentrums?

Meine Hauptaufgabe ist es, im Hintergrund alle Fäden in der Hand zu halten: damit die Spielerinnen einen Schulplatz haben, damit eine Gastfamilie bereitsteht. Damit wir jeden Tag wissen, auf welchem Spielfeld wir trainieren. Im Moment benötige ich für eine Spielerin eine neue Gastfamilie – nicht einfach, kurz vor Weihnachten.

Bald steht auch wieder die Selektion an. Wir wählen die 10 bis 15 Spielerinnen aus, die für die nächsten zwei oder drei Jahre bei uns trainieren. Dafür gibt es ein mehrstufiges Assessment hier vor Ort. Das braucht unzählige Absprachen und viel Planung.

Daneben übe ich vom Zentrum unabhängige Funktionen aus: So bin ich beim SFV generell verantwortlich für den Frauenfussball-Nachwuchs. Oder ich manage für Swiss Olympics die über 400 Talent Cards im Fussball.

Wie sieht ein normaler Arbeitstag von Ihnen aus?

Ich bin spätestens um 8 Uhr vor Ort und ziehe bis 19 Uhr durch. Der Vormittag, wenn die Spielerinnen in der Schule sind, gehört administrativen Arbeiten. Ich erstelle Terminpläne, koordiniere

Trainings oder bereite Präsentationen vor. Um 13 Uhr findet das gemeinsame Mittagessen statt. Dann folgt das Nachmittagsprogramm: Kurze Info-Ansprache, Physiotherapie, Training, Lernatelier, Znacht.
Ab dem Mittag ist nichts mehr planbar: Kürzlich ist eine Spielerin hier im Büro in Ohnmacht gefallen. Gibt es irgendwo Verletzte, was zum Glück selten kommt, verbringen wir die üblichen sechs Stunden auf dem Notfall. Es ist immer unglaublich viel los, auch emotional. Es sind Teenies, das darf man nicht vergessen.

Leistungssport ist sehr selektiv. Wie gehen Sie damit um?

Es gibt den Spruch «Leistungssport produziert mehr Ausschuss als Topathleten». Dieser Druck ist gegeben, den können wir nicht verhindern. Was wir bieten, sind optimale Rahmenbedingungen, in denen sich die Spielerinnen entfalten können. Wir setzen keinen zusätzlichen Druck auf. Wir schicken niemanden nach Hause, alle Spielerinnen können ihre zwei oder drei Jahre bleiben und profitieren. Es hängt viel von der Motivation der Spielerinnen ab, was sie aus dieser Möglichkeit machen.



Erzählen Sie uns von Ihrem Werdegang.

Ich habe viele Sachen gemacht, das meiste davon kann ich heute brauchen. In einem zweisprachigen Umfeld bewege ich mich seit meiner Lehre als Elektromonteur. Im Verkauf und später in der Arbeitsvermittlung habe ich viel über Psychologie, Emotionen, Beziehungen gelernt – auch meine heutige Arbeit besteht im Grund darin, Beziehungen aufzubauen und zu pflegen. Daneben war ich immer als Trainer im Breitensport

Berufslaufbahn

Alter	Tätigkeit/Abschluss
15–23	Berufliche Grundbildung als Elektromonteur EFZ in einem Kleinstbetrieb und Tätigkeit als Schaltanlagenmonteur
Seit 21	Tätigkeit als Trainer, Erwerb aller relevanten Fussball-Diplome
23–25	Verkäufer von Ersatzteilen für Waschmaschinen, Tumbler, Kochherde
25–32	Vermietung und Verkauf von Campern und Wohnwagen, zuletzt als Verkaufsleiter
32–40	Personalvermittler beim RAV, Ausbildung zum HR-Fachmann BP mit eidgenössischem Fachausweis
Seit 40	Leiter SFV-Ausbildungszentrum AZ Biel (BE)
45	Ausbildung zum Trainer Leistungssport BP mit eidgenössischem Fachausweis

David Meister

Leiter SFV-Ausbildungs-
zentrum Biel (BE),
Trainer Leistungssport

aktiv. Am meisten gelernt habe ich spannenderweise bei den Junioren der zweiten Stärkeklasse. Sie konnten zum Teil kaum geradeaus laufen – aber es war eine super lehrreiche Zeit. Als die Stelle im Ausbildungszentrum ausgeschrieben war, habe ich die Chance gepackt, mein Hobby zum Beruf zu machen.

Welche Aufgaben nehmen Sie als Trainer wahr?

Ich stehe zwei- bis viermal pro Woche auf dem Platz. Aber nicht primär als Spielertrainer. Hauptsächlich nehme ich Scouting-Aktivitäten wahr, um zu entscheiden, wer in welche U-Auswahl kommt oder wer die Talent Card erhalten soll. Dafür bin ich im Austausch mit dem Trainerstab, aber auch mit den Clubs und mit Eltern. Neben der Arbeit im Zentrum begleite ich Trainingslager der U15-Mannschaft. Mit ihnen sind wir zum Beispiel eine Woche im Tessin oder in England.

Wie viele Leute können vom Trainerjob leben?

Im Nachwuchs vielleicht eine Handvoll, und nur im Männerfussball. Es ist ein schwieriger, nicht planbarer Weg. Vielleicht kann man mit einer U16 10 000 Franken im Jahr verdienen – dafür steht man jeden Abend ab halb sechs Uhr zwei Stunden auf dem Platz und braucht daneben einen Brotjob, der das ermöglicht. Trainerstellen sind zudem nie ausgeschrieben. Sie werden über Beziehungen vergeben. Man muss unten anfangen, im Breitensport. Das hingegen ist einfach: Um die 400 000 Personen spielen in der Schweiz in einem Fussballclub und wollen trainiert werden.

Wie fit muss man als Trainer sein?

Die Zeiten, als die Trainer am Spielfeldrand geraucht haben, sind vorbei. Man



sollte wissen, was es bedeutet, die Mannschaft auf dem Platz herumrennen zu lassen. Heute setzen auch Junge früh auf die Trainer-Karte. Man sieht sich eher als Vorbild, auch was Ernährung und Regeneration angeht. Ich selbst bin einigermassen sportlich, hätte aber schon auch Potenzial nach oben.

Es tönt, als hätten Sie nie Ferien.

Ferien habe ich fünf Wochen im Jahr. Und die nehme ich auch. Aber ich arbeite viel. Eigentlich zu viel, kürzlich wieder zwanzig Tage am Stück. Meine

Arbeit fühlt sich aber zu grossen Teilen nicht wie Arbeit an. Fussball ist meine Leidenschaft, seit ich sechs Jahre alt war – als Spieler, als Trainer. Ich bin zufrieden mit der Arbeit und kann mich zu 100 Prozent damit identifizieren.

Was raten Sie Leuten, die Bewegung zu ihrem Beruf machen wollen?

Folgt eurer Leidenschaft. Zeigt Einsatz. Bildet euch weiter, auch ohne entsprechendes Stellenangebot am Horizont. Irgendwann wird sich eine Tür öffnen. Das ist im Sport so.

«Für mich ist Bewegung ein Muss und ein Genuss»

Im Kindergarten startete Michèle Studer mit Ballett, mit dem Traum der Primaballerina im Kopf. Jazz Dance kam dazu. Sie besuchte die Mädchenriege, später den Damentreunverein, den sie dann auch leitete. Im Winter carvte sie mit dem Snowboard durch den Schnee, worauf sie die J+S-Leiter-Ausbildung absolvierte. Sport und Bewegung waren ihr schon immer wichtig und geben ihr ein gutes Gefühl. Heute arbeitet Michèle Studer tagsüber in einem Unternehmen, welches unter anderem im Bildungsberreich tätig ist, abends unterrichtet sie in einem Studio Jazz Dance, Pilates, Jumping Fitness oder Modern Dance.

Was sind Ihre Aufgaben als Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung?

Meine Aufgabe ist es, Menschen in verschiedenen Lebenssituationen zu bewegen und zu beraten. Den persönlichen Kundenkontakt und den Beziehungsauflauf zu Menschen schätze ich sehr. Ich sehe meine Kundinnen und Kunden jede Woche. In den Gruppenkursen achte ich darauf, den unterschiedlichen Bedürfnissen und Voraussetzungen der Teilnehmenden – sei es in Bezug auf Alter, Leistungsniveau oder persönliche Ansprüche – gerecht zu werden. Meine Berufserfahrung und der persönliche Kontakt zu den Kundinnen und Kunden helfen mir, die Stunden gezielt vorzubereiten. Sowieso spielen die Vor- und Nachbereitung in diesem Beruf eine zentrale Rolle.

Ich bereite meine Stunden zu Hause vor. Alle vier bis sechs Wochen plane ich die Grobstruktur der nächsten vier bis sechs Stunden, somit muss ich pro Woche nur die Feinplanung machen. In den Bewegungsstudios bin ich angestellt – deshalb fallen Aufgaben im Bereich Finanzen, Marketing, Stellvertretung weg.

Seit zwei Jahren arbeite ich zusätzlich als selbstständige Personal Trainerin. Zu meinen Kundinnen und Kunden gehören ganz unterschiedliche Menschen: Leute, die Gewicht verlieren wollen, sich in ihrer Sportart verbessern möchten, sowie auch

ältere Menschen, deren Ziel ist, Kraft und Beweglichkeit zu erhalten oder zurückzugewinnen. Werbung hierfür mache ich keine – die Mund-zu-Mund-Propaganda bringt mir gerade so viel Kundschaft, wie ich betreuen möchte.



Berufslaufbahn

Alter	Tätigkeit/Abschluss
15–18	Berufliche Grundbildung als Kauffrau EFZ
18–19	Sprach- und Reiseaufenthalt, Australien/Neuseeland
19–26	Reiseleiterin/Reisekoordinatorin, verschiedene Destinationen im Ausland
27–30	Ausbildung zur Bewegungspädagogin, berufsbegleitend, Weiterbildung Tanzpädagogik und Kindertanzpädagogik, D. Curtius St. Gallen
27–35	Sales & Quality Manager und Trainer Quality Services im Tourismusbereich
Seit 29	Bewegungspädagogin, Studio Balance, Elgg (ZH), Teilzeit
30–35	Dozentin für Bewegungs- und Körperschulung, Jazz Dance, Rhythmisik und Musiklehre, D. Curtius St. Gallen, Teilzeit
Seit 33	Tanzpädagogin, Bodymotion Fitness, Nefenbach, Teilzeit
33–34	Ausbildung zur Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP mit eidgenössischem Fachausweis, Fachrichtung Körper- und Bewegungsschulung
Seit 35	Mandatsleiterin im Bildungsbereich, Teilzeit
Seit 37	Selbstständig erwerbende Personal Trainerin, Teilzeit

Michèle Studer

Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP

Die Mischung aus kopflastiger Büroarbeit tagsüber und bewegter Arbeit in den Randzeiten finde ich perfekt. Ich bin auf verschiedenen Ebenen gefordert und erweitere meinen Horizont.

Welche Trends zeichnen sich zurzeit in der Bewegungsbranche ab?

Im Moment sind dies zum Beispiel Hyrox, eine Mischung aus Rennen und funktionellen Übungen, oder Sculpt-Training, ein Ganzkörpertraining, das den Körper formen soll. Zudem erleben Pilates und Yoga bei der Generation Z ein Revival, zum Teil in abgewandelter Form. Auch werden immer neue Trainingsangebote in Virtual-Reality-Umgebungen geschaffen.

In unserem Beruf ist es wichtig, trotz allen Trends die Realität nicht zu vergessen. Wir haben finanziell gar nicht die Möglichkeit, immer jeden Trend anzubieten, zudem gibt es viele, die nicht sinnvoll sind. Daher gilt es, immer abzuschätzen, ob man einen weiteren Bereich dazunehmen möchte.

In Ihrem Job sollten Sie immer fit sein. Ist das Älterwerden ein Thema?

Ehrlich gesagt, mache ich mir darüber noch keine grossen Gedanken. Der grosse Vorteil ist, dass auch die Kundinnen und Kunden älter werden, jedenfalls die langjährigen. Die Bewegungsbranche ist sehr vielfältig. Es gibt Stundenformate, die man trotz höheren Alters unterrichten kann. Viele Vorreiterinnen und Vorreiter beweisen dies schon seit Langem. Ich arbeite sehr gerne auch mit älteren Personen. Meine Abschlussarbeit für die Berufsprüfung drehte sich um das Thema «Sicherheit und Stabilität im Alter». Wenn ich auf meinen Körper achte, mich entsprechend ernähre und bewege, kann ich



bis ins hohe Alter eine gute Leistung erbringen. Ich mache mir mehr Gedanken bezüglich eines Unfalls oder einer Krankheit, dass ich mich nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr bewegen könnte.

Welche Bedeutung hat Bewegung sonst in Ihrem Leben?

Was ich meinen Kundinnen und Kunden betreffend Bewegung vermittele, setze ich auch in meiner Freizeit um. Sei dies beim Joggen, Schwimmen, Tanzen oder beim Beweglichkeitstraining zu Hause.

Zudem bin ich sehr gerne in der Natur, im Sommer beim Wandern, im Winter beim Skifahren. Für mich ist Bewegung ein Muss und ein Genuss.

Wie geht es in der Zukunft weiter?

Ich habe diverse Ideen, was ich in der Zukunft angehen möchte. So plane ich derzeit die Zusammenarbeit mit einem Ärztezentrum. Ziel ist es, die Patientinnen und Patienten interdisziplinär zu betreuen. Das nimmt hoffentlich in diesem Jahr Fahrt auf.



RAYMOND

KILLER

SCHLATTER

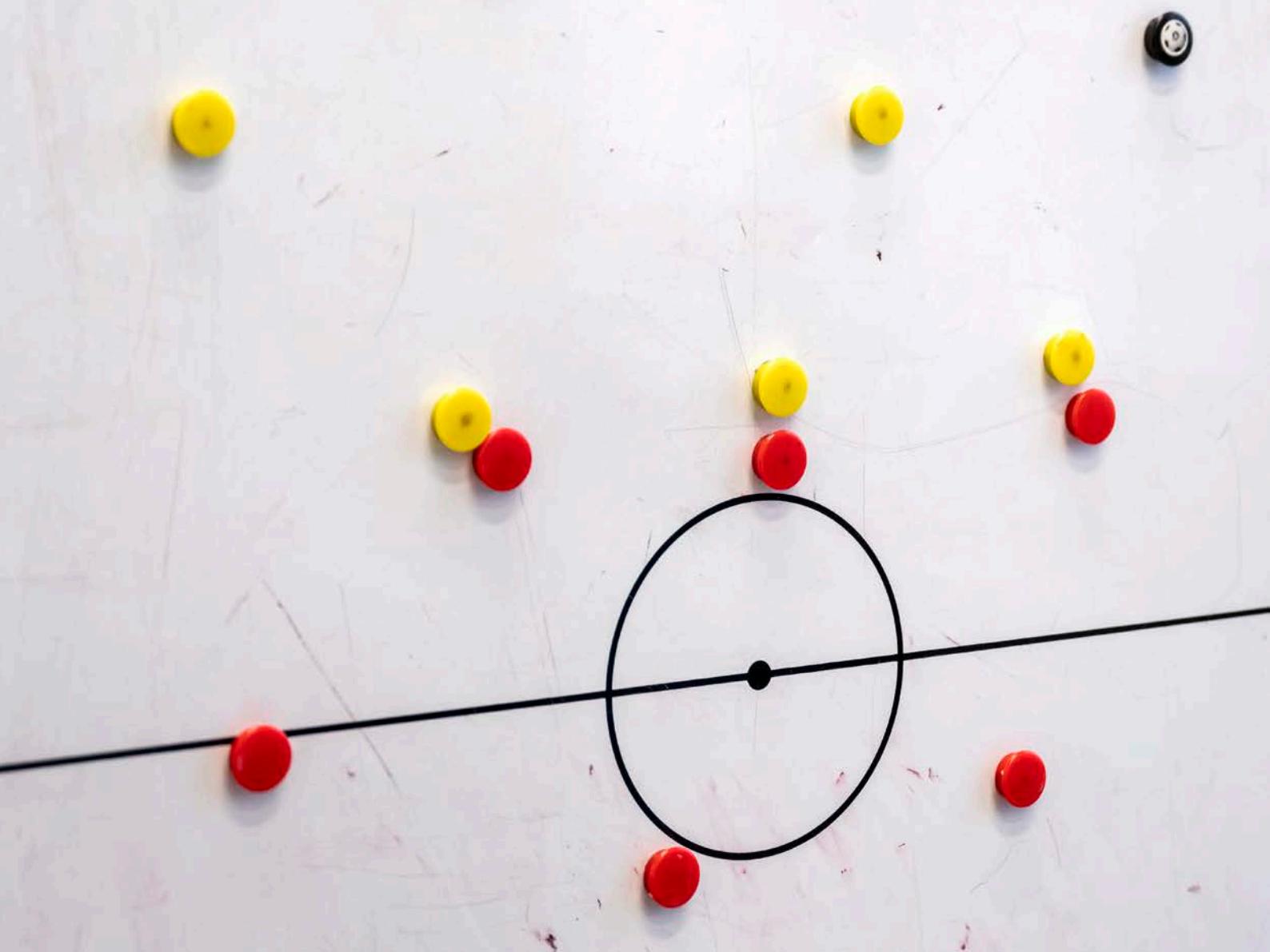
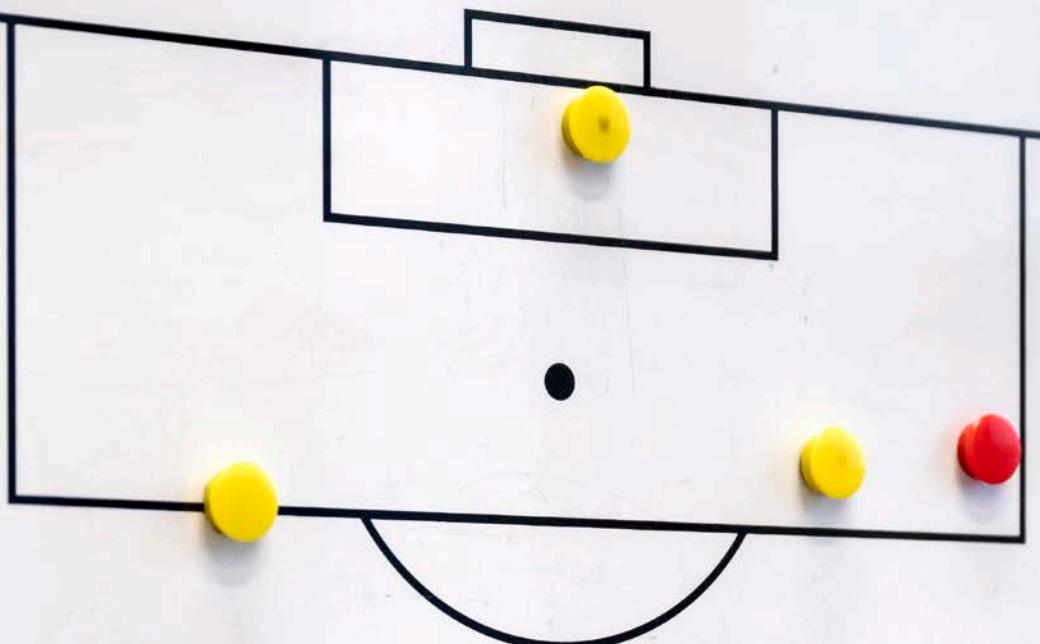
KASTRATI

PISQUEM

MAULAZ

ZÖRGIEBEL

KLENK



Ergänzende Adressen

Aus- und Weiterbildung



www.berufsberatung.ch

Das offizielle schweizerische Informationsportal der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung für alle Fragen rund um Lehrstellen, Berufe, Aus- und Weiterbildungen

www.berufsberatung.ch/berufssuche

Beschreibung von mehr als 2000 Berufen

www.berufsberatung.ch/studium

Der Schweizer Studienführer online (FH, PH, UNI/ETH)

www.berufsberatung.ch/awd

Die grösste Aus- und Weiterbildungsdatenbank der Schweiz

www.berufsberatung.ch/laufbahn

Plattform zu Laufbahnfragen mit kurzen Fragebögen zur Standortbestimmung und zahlreichen Informationsseiten zu Arbeitsmarkttrends und Weiterbildungsmöglichkeiten

www.berufsberatung.ch/berufsabschluss-nachholen

Informationen zum Berufsabschluss für Erwachsene

www.berufsberatung.ch/branchen

Überblick über die Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten in den einzelnen Branchen

www.berufsberatung.ch/berufstaetig

Informationen zu Karriereplanung, Berufswechsel sowie branchenspezifischen Aus- und Weiterbildungen

www.berufsberatung.ch/biz

Adressen der kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungen

www.swissuniversities.ch

Rektorenkonferenz der Schweizer Hochschulen

www.sbfi.admin.ch

Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation SBFI

Medien und Branchenspezifisches



www.shop.sdbb.ch

Der SDBB Verlag bietet weiterführende Medien an, auch zu Themen dieses Hefts.

Viele davon liegen in den BIZ der Kantone auf und können zum Teil ausgeliehen werden.

www.berufsberatung.ch/sport

Studienrichtungen Sport, inklusive Arbeitsmarktinformationen zur Sport- und Bewegungsbranche

www.bewegung-und-gesundheit.ch

Dachverband der Bewegungsberufe Schweiz

www.sportstudien.ch

Überblick über alle Sportstudiengänge in der Schweiz (FH, PH, UNI/ETH)

www.baspo.admin.ch

Bundesamt für Sport, Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen EHSM

www.swissolympic.ch

Dachverband des Schweizer Sports

www.bgb-schweiz.ch

Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz

www.sportnetzwerk.ch

Job- und Fachpersonenplattform im Schweizer Sport

Weitere Verbands- und Schuladressen sind im Kapitel «Berufe, Funktionen, Studiengänge» bei den einzelnen Einträgen aufgeführt.

Impressum

Neuausgabe 2025

© 2025 SDBB, Bern. Alle Rechte vorbehalten.

ISBN 978-3-03753-440-3

Herausgeber:

Schweizerisches Dienstleistungszentrum Berufsbildung I

Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung SDBB

SDBB Verlag, www.sdbb.ch, info@sdbb.ch

Das SDBB ist eine Fachagentur der Kantone (EDK) und wird vom Bund (SBFI) unterstützt.

Redaktion: Felix Stalder, BIZ Kanton Bern

Fachlektorat: Regula Luginbühl, SDBB

Korrektorat: Margrit Zwicky, Bern

Fotos: Michael Meier, Hilterfingen (BE)

Grafik und Umsetzung: Andrea Lüthi, SDBB

Druck: Cavelti AG, Gossau (SG)

Vertrieb, Kundendienst:

SDBB Vertrieb

Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen

Tel. 0848 999 001, vertrieb@sdbb.ch

www.shop.sdbb.ch

Artikelnummer: LI1-3027

Wir danken allen beteiligten Personen und Firmen herzlich für ihre Mitarbeit.

Mit Unterstützung des SBFI.



Bewegung