

Universitätskurs

Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit

Von der NBA unterstützt





Universitätskurs

Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtute.com/de/sportwissenschaften/universitatskurs/krafttraining-verbesserung-schnelligkeit

Index

01

Präsentation

Seite 4

02

Ziele

Seite 8

03

Kursleitung

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

Seite 16

05

Methodik

Seite 20

06

Qualifizierung

Seite 28

01 Präsentation

In den letzten Jahren ist das Schnelligkeitstraining, insbesondere die Beschleunigungsphase, sehr populär geworden, vielleicht aufgrund der großartigen Leistungen der besten Spezialisten in den Sportarenen oder aufgrund des enormen Einflusses, den es auf die Mannschaftssportarten, insbesondere Rugby und Fußball, auszuüben begonnen hat.

In diesem Programm lernen die Teilnehmer die Mittel und Methoden des Krafttrainings für die Entwicklung der verschiedenen Phasen der Schnelligkeit kennen.



“

Dieser 100%ige Online-Universitätskurs ermöglicht es Ihnen, Ihr Studium mit Ihrer beruflichen Tätigkeit zu verbinden und gleichzeitig Ihr Wissen in diesem Bereich zu erweitern”

In den letzten Jahren hat das Krafttraining in der wissenschaftlichen Gemeinschaft einen großen Aufschwung erlebt. Es deckt eine Vielzahl von Kontexten ab, von der sportlichen Leistung in Zeit- und Leistungssportarten bis hin zu situativen Sportarten in der gesamten Bandbreite der Sportmodalitäten.

Es wird eine zunehmende Anzahl von Kniesehnenverletzungen beobachtet, von denen 57% bei Sprints auftreten. Daher ist es wichtig, dass die Athleten eine korrekte Mechanik entwickeln, nicht nur um effizienter zu sein und bessere Leistungen zu erbringen, sondern auch um das Verletzungsrisiko zu verringern. Darüber hinaus wird das Sprinttraining heutzutage nicht nur isoliert als Mittel zur Leistungssteigerung betrachtet, sondern man geht davon aus, dass es aufgrund seiner höheren elektrischen Aktivität in den Kniesehnen als andere Trainingsformen eine erhebliche Schutzwirkung hat.

Die Studenten dieses Programms werden eine differenzierte Weiterbildung in Bezug auf ihre Berufskollegen erhalten und in der Lage sein, in allen Bereichen des Sports als Spezialisten für Krafttraining zu arbeiten.

In diesem Studiengang wird die lebenswichtige Bedeutung der Kraft für die menschliche Leistung in all ihren möglichen Ausprägungen behandelt, und zwar mit einem einzigartigen Maß an theoretischer Tiefe und einem Grad an praktischer Anwendbarkeit, der sich von allem bisher Dagewesenen unterscheidet.

Das Dozententeam dieses Universitätskurses in Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit hat die einzelnen Themen dieses Kurses sorgfältig ausgewählt, um dem Studenten eine möglichst umfassende und stets aktuelle Studienmöglichkeit zu bieten.

Die TECH Technologische Universität hat es sich zum Ziel gesetzt, Inhalte von höchster pädagogischer und didaktischer Qualität zu schaffen, die den Studenten zu einem erfolgreichen Profi machen und den höchsten Qualitätsstandards in der Lehre auf internationalem Niveau entsprechen. Aus diesem Grund erhält der Student diesen Universitätskurs mit einem reichen Inhalt, der ihm helfen wird, die Elite des Fitnessstrainings zu erreichen. Da es sich um ein Online-Programm handelt, ist der Student nicht an feste Zeiten oder die Notwendigkeit, sich an einen anderen Ort zu begeben, gebunden, sondern kann zu jeder Tageszeit auf die Inhalte zugreifen und so sein Arbeits- oder Privatleben mit seinem akademischen Leben in Einklang bringen.

Dieser **Universitätskurs in Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ◆ Die Entwicklung zahlreicher Fallstudien, die von Spezialisten für *Personal Training* vorgestellt werden
- ◆ Die anschaulichen, schematischen und äußerst praxisnahen Inhalte, mit denen sie konzipiert sind, enthalten die wesentlichen Informationen für die berufliche Praxis
- ◆ Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ◆ Das interaktive, auf Algorithmen basierende Lernsystem für die Entscheidungsfindung
- ◆ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden für das persönliche Training
- ◆ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ◆ Die Verfügbarkeit des Zugriffs auf die Inhalte von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



Tauchen Sie ein in das Studium dieses Universitätskurses von hoher wissenschaftlicher Präzision und verbessern Sie Ihre Fähigkeiten im Krafttraining für den Hochleistungssport“

“

Dieser Universitätskurs ist aus zwei Gründen die beste Investition, die Sie bei der Auswahl eines Auffrischungsprogramms tätigen können: Sie aktualisieren nicht nur Ihr Wissen als Personal Trainer, sondern erhalten auch einen Abschluss der TECH Technologischen Universität“

Das Dozententeam setzt sich aus Sportwissenschaftlern zusammen, die ihre Erfahrung in die Fortbildung einbringen, sowie aus anerkannten Fachleuten führender Gesellschaften und renommierter Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Dabei wird der Profi von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten und erfahrenen Experten für Krafttraining zur Steigerung der Schnelligkeit entwickelt wurde.

Spezialisieren Sie sich und heben Sie sich in einem Sektor ab, in dem eine hohe Nachfrage nach Fachleuten besteht.

Erweitern Sie Ihr Wissen im Bereich Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit mit dieser hochkarätigen Fortbildung.



02 Ziele

Das Hauptziel dieses Programms ist die Entwicklung von theoretischem und praktischem Lernen, so dass der Sportwissenschaftler die neuen Entwicklungen im Bereich des Krafttrainings zur Verbesserung der Schnelligkeit auf praktische und fundierte Weise beherrschen kann.



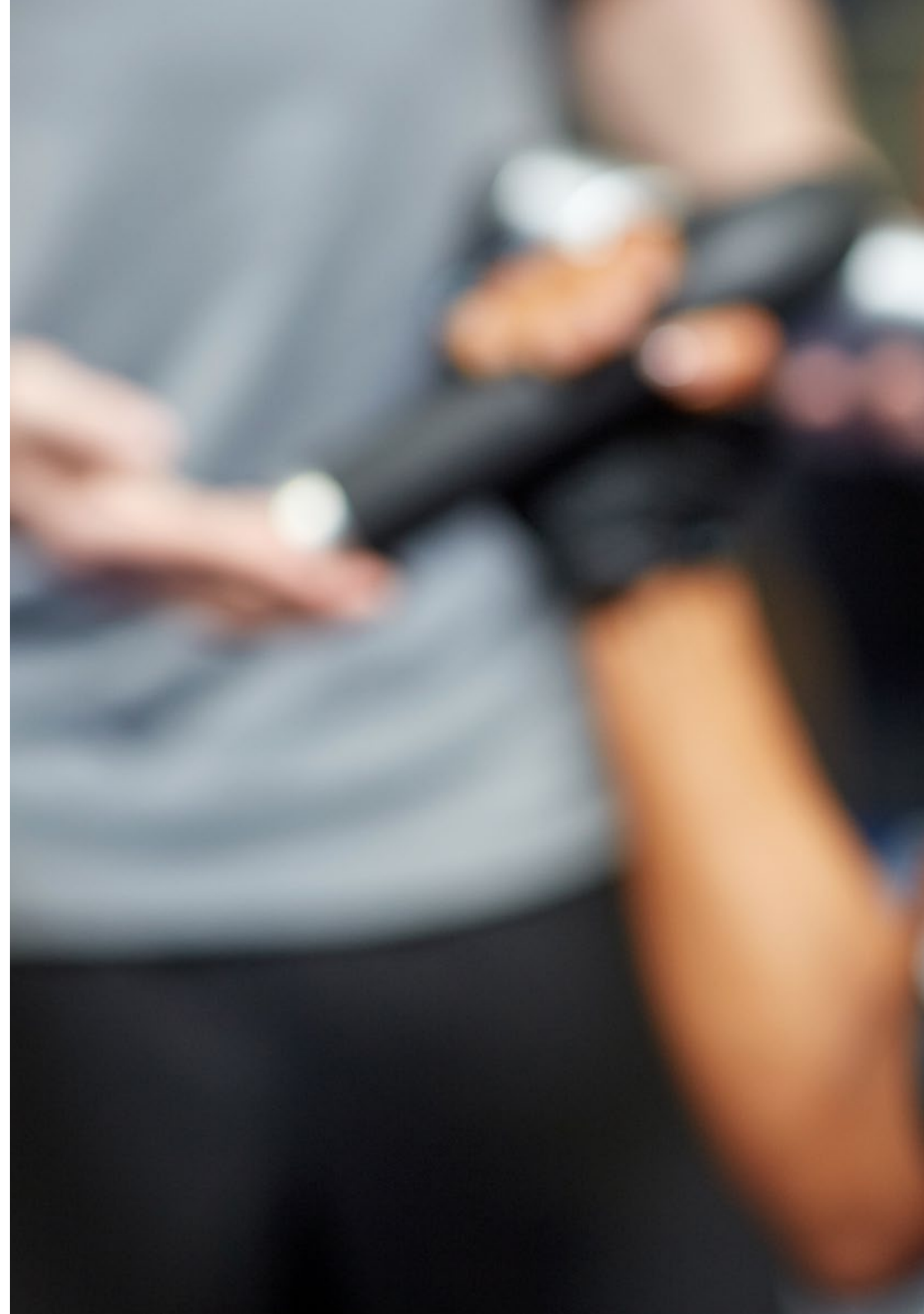
“

Das Ziel von TECH ist es, akademische Spitzenleistungen zu erzielen und Ihnen zu beruflichem Erfolg zu verhelfen. Zögern Sie nicht länger und schließen Sie sich TECH an"



Allgemeine Ziele

- ◆ Vertiefen der Kenntnisse, die auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen und in der Praxis im Bezug auf das Krafttraining voll anwendbar sind
- ◆ Beherrschen der fortschrittlichsten Methoden im Krafttraining
- ◆ Anwenden der modernsten Trainingsmethoden zur Verbesserung der sportlichen Leistung in Bezug auf die Kraft
- ◆ Effektives Beherrschen des Krafttrainings zur Leistungssteigerung in Zeit- und Leistungssportarten sowie in situativen Sportarten
- ◆ Beherrschen der Grundsätze der Bewegungsphysiologie und der Biochemie
- ◆ Vertiefen der Grundsätze der Theorie komplexer dynamischer Systeme in Bezug auf das Krafttraining
- ◆ Erfolgreiches Integrieren von Krafttraining zur Verbesserung der motorischen Fähigkeiten im Rahmen des Sports
- ◆ Erfolgreiches Beherrschen der in verschiedenen Modulen erworbenen Kenntnisse in der Praxis





Spezifische Ziele

- ◆ Kennen und Interpretieren der wichtigsten Aspekte der Technik für Schnelligkeit und Richtungswechsel
- ◆ Vergleichen und Differenzieren der Schnelligkeit des situativen Sports mit dem Leichtathletikmodell
- ◆ Vertieftes Kennen der mechanischen Aspekte, die den Leistungsverlust und die Mechanismen der Verletzungsentstehung beim Sprint beeinflussen können
- ◆ Analytisches Anwenden der verschiedenen Mittel und Methoden des Krafttrainings für die Entwicklung der Sprintfähigkeit

“

Der Sportbereich braucht spezialisierte Fachleute, und wir geben Ihnen die Schlüssel, um sich in die Berufselite einzureihen"

03 Kursleitung

Das Dozententeam, Experten im Bereich *Personal Training*, genießt ein hohes Ansehen in der Branche und verfügt über jahrelange Lehrerfahrung. Sie haben sich zusammengetan, um dem Studenten zu helfen, seinem Beruf neuen Schwung zu verleihen. Zu diesem Zweck haben sie diesen Universitätskurs mit den neuesten Erkenntnissen auf diesem Gebiet entwickelt, der es ihm ermöglichen wird, sich zu spezialisieren und seine Fähigkeiten in diesem Bereich zu erweitern.





“

*Lernen Sie von den besten
Fachleuten und werden Sie selbst
eine erfolgreiche Fachkraft"*

Leitung



Dr. Rubina, Dardo

- ◆ Spezialist für Hochleistungssport
- ◆ CEO von Test und Training
- ◆ Sportlehrer an der Sportschule Moratalaz
- ◆ Lehrkraft für Sportunterricht in Fußball und Anatomie, CENAFE Schulen Carlet
- ◆ Koordinator für die körperliche Vorbereitung im Feldhockey, Club Turnen und Fechten von Buenos Aires
- ◆ Promotion in Hochleistungssport
- ◆ Weiterführende Studien an der Universität von Castilla La Mancha
- ◆ Masterstudiengang in Hochleistungssport an der Autonomen Universität von Madrid
- ◆ Aufbaustudium in körperlicher Aktivität in Bevölkerungsgruppen mit Pathologien an der Universität von Barcelona
- ◆ Techniker im Leistungssport Bodybuilding, Verband für Bodybuilding und Fitness von Extremadura
- ◆ Experte für Sportscouting und Quantifizierung der Trainingsbelastung (Spezialisierung auf Fußball), Sportwissenschaften, Universität von Melilla
- ◆ Experte für fortgeschrittenes Bodybuilding der IFBB
- ◆ Experte für fortgeschrittene Ernährung der IFBB
- ◆ Spezialist für physiologische Bewertung und Interpretation der körperlichen Fitness durch Bio
- ◆ Zertifizierung in Technologien zur Gewichtskontrolle und körperlichen Leistung, Arizona State University



Professoren

Hr. Añon, Pablo

- ◆ Konditionstrainer der Volleyballnationalmannschaft der Frauen für die Olympischen Spiele
- ◆ Konditionstrainer der Volleyballmannschaften der ersten argentinischen Liga der Männer
- ◆ Konditionstrainer der Profigolfer Gustavo Rojas und Jorge Berent
- ◆ Schwimmtrainer für den Quilmes Atlético Club
- ◆ Nationaler Professor für Sporterziehung (INEF) in Avellaneda
- ◆ Aufbaustudiengang in Sportmedizin und angewandten Sportwissenschaften an der Universität von La Plata
- ◆ Masterstudiengang in Hochleistung im Sport von der Katholischen Universität von Murcia
- ◆ Fortbildungen auf dem Gebiet des Hochleistungssports

04

Struktur und Inhalt

Die Struktur der Inhalte wurde von einem Team von Fachleuten entwickelt, die sich mit den Auswirkungen der Fortbildung in der täglichen Praxis auskennen, sich der Relevanz einer qualitativ hochwertigen Fortbildung im Bereich des *Personal Trainings* bewusst sind und sich für eine qualitativ hochwertige Lehre durch neue Bildungstechnologien einsetzen.





“

TECH verfügt über das umfassendste und aktuellste Programm auf dem Markt. Wir wollen Ihnen die beste Spezialisierung bieten"

Modul 1. Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit

- 1.1. Kraft
 - 1.1.1. Definition
 - 1.1.2. Allgemeine Konzepte
 - 1.1.2.1. Äußerungen der Kraft
 - 1.1.2.2. Determinanten der Leistung
 - 1.1.2.3. Kraftanforderungen für Sprintverbesserungen. Beziehung zwischen Kraftäußerungen und Sprints
 - 1.1.2.4. Kraft-Geschwindigkeits-Kurve
 - 1.1.2.5. Beziehung zwischen der K-G-Kurve und der Leistung und ihre Anwendung auf die Sprintphasen
 - 1.1.2.6. Entwicklung von Muskelkraft und Leistung
- 1.2. Dynamik und Mechanik des linearen Sprints (100m-Modell)
 - 1.2.1. Kinematische Analyse des Spiels
 - 1.2.2. Dynamik und Kraftanwendung im Spiel
 - 1.2.3. Kinematische Analyse der Beschleunigungsphase
 - 1.2.4. Dynamik und Kraftanwendung bei der Beschleunigung
 - 1.2.5. Kinematische Analyse des Laufens mit Höchstgeschwindigkeit
 - 1.2.6. Dynamik und Krafteinleitung bei Höchstgeschwindigkeit
- 1.3. Analyse der Beschleunigungstechnik und der Höchstgeschwindigkeit in Mannschaftssportarten
 - 1.3.1. Beschreibung der Technik in Mannschaftssportarten
 - 1.3.2. Vergleich der Sprinttechnik bei Mannschaftssportarten und Leichtathletikveranstaltungen Sportveranstaltungen
 - 1.3.3. Zeit- und Bewegungsanalyse von Schnelligkeitsereignissen in Mannschaftssportarten
- 1.4. Übungen als grundlegende und spezielle Mittel zur Kraftentwicklung für die Verbesserung des Sprints
 - 1.4.1. Grundlegende Bewegungsmuster
 - 1.4.1.1. Beschreibung der Muster mit Schwerpunkt auf Übungen für die unteren Gliedmaßen
 - 1.4.1.2. Mechanische Anforderungen an die Übungen
 - 1.4.1.3. Übungen aus dem olympischen Gewichtheben
 - 1.4.1.4. Ballistische Übungen
 - 1.4.1.5. K-G-Kurve der Übungen
 - 1.4.1.6. Vektor der Krafterzeugung





- 1.5. Spezielle Methoden des Krafttrainings für den Sprint
 - 1.5.1. *Maximum Effort*-Methode
 - 1.5.2. *Dynamic Effort*-Methode
 - 1.5.3. Wiederholungsmethode
 - 1.5.4. Komplexe Methode und französischer Kontrast
 - 1.5.5. Schnelligkeitsorientiertes Training
 - 1.5.6. Krafttraining als Mittel zur Verringerung des Verletzungsrisikos
- 1.6. Mittel und Methoden des Krafttrainings zur Entwicklung der Schnelligkeit
 - 1.6.1. Mittel und Methoden des Krafttrainings für die Entwicklung der Beschleunigungsphase
 - 1.6.1.1. Verhältnis von Kraft und Beschleunigung
 - 1.6.1.2. Schlittentraining und Rennen gegen Widerstand
 - 1.6.1.3. Steigungen
 - 1.6.1.4. Sprungkraft
 - 1.6.1.4.1. Aufbau des vertikalen Sprungs
 - 1.6.1.4.2. Konstruktion des horizontalen Sprungs
 - 1.6.2. Mittel und Methoden für das Training der Höchstgeschwindigkeit/*Top Speed*
 - 1.6.2.1. Plyometrie
 - 1.6.2.1.1. Konzept der Shock-Methode
 - 1.6.2.1.2. Historische Perspektive
 - 1.6.2.1.3. Methodik der Schockmethode zur Verbesserung der Geschwindigkeit
 - 1.6.2.1.4. Wissenschaftlicher Nachweis
- 1.7. Mittel und Methoden des Krafttrainings, angewandt auf Agilität und Richtungswechsel
 - 1.7.1. Determinanten von Agilität und COD
 - 1.7.2. Multidirektionale Sprünge
 - 1.7.3. Exzentrische Kraft
- 1.8. Bewertung und Überwachung des Krafttrainings
 - 1.8.1. Kraft-Geschwindigkeits-Profil
 - 1.8.2. Profil Geschwindigkeitsbelastung
 - 1.8.3. Progressive Belastungen
- 1.9. Integration
 - 1.9.1. Fallstudien

05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning.**

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.





“

Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen aufgibt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"

Fallstudie zur Kontextualisierung aller Inhalte

Unser Programm bietet eine revolutionäre Methode zur Entwicklung von Fähigkeiten und Kenntnissen. Unser Ziel ist es, Kompetenzen in einem sich wandelnden, wettbewerbsorientierten und sehr anspruchsvollen Umfeld zu stärken.

“

Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die die Grundlagen der traditionellen Universitäten in der ganzen Welt verschiebt”



Sie werden Zugang zu einem Lernsystem haben, das auf Wiederholung basiert, mit natürlichem und progressivem Unterricht während des gesamten Lehrplans.



Die Studenten lernen durch gemeinschaftliche Aktivitäten und reale Fälle die Lösung komplexer Situationen in realen Geschäftsumgebungen.

Eine innovative und andersartige Lernmethode

Dieses TECH-Programm ist ein von Grund auf neu entwickeltes, intensives Lehrprogramm, das die anspruchsvollsten Herausforderungen und Entscheidungen in diesem Bereich sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene vorsieht. Dank dieser Methodik wird das persönliche und berufliche Wachstum gefördert und ein entscheidender Schritt in Richtung Erfolg gemacht. Die Fallmethode, die Technik, die diesem Inhalt zugrunde liegt, gewährleistet, dass die aktuellste wirtschaftliche, soziale und berufliche Realität berücksichtigt wird.

“ *Unser Programm bereitet Sie darauf vor, sich neuen Herausforderungen in einem unsicheren Umfeld zu stellen und in Ihrer Karriere erfolgreich zu sein“*

Die Fallmethode ist das von den besten Fakultäten der Welt am häufigsten verwendete Lernsystem. Die Fallmethode wurde 1912 entwickelt, damit die Jurastudenten das Recht nicht nur anhand theoretischer Inhalte erlernen, sondern ihnen reale, komplexe Situationen vorlegen, damit sie fundierte Entscheidungen treffen und Werturteile darüber fällen können, wie diese zu lösen sind. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard eingeführt.

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Mit dieser Frage konfrontieren wir Sie in der Fallmethode, einer handlungsorientierten Lernmethode. Während des gesamten Programms werden Sie mit mehreren realen Fällen konfrontiert. Sie müssen Ihr gesamtes Wissen integrieren, recherchieren, argumentieren und Ihre Ideen und Entscheidungen verteidigen.

Relearning Methodik

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

Im Jahr 2019 erzielten wir die besten Lernergebnisse aller spanischsprachigen Online-Universitäten der Welt.



Bei TECH lernen Sie mit einer hochmodernen Methodik, die darauf ausgerichtet ist, die Führungskräfte der Zukunft auszubilden. Diese Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, wird Relearning genannt.

Unsere Universität ist die einzige in der spanischsprachigen Welt, die für die Anwendung dieser erfolgreichen Methode zugelassen ist. Im Jahr 2019 ist es uns gelungen, die Gesamtzufriedenheit unserer Studenten (Qualität der Lehre, Qualität der Materialien, Kursstruktur, Ziele...) in Bezug auf die Indikatoren der besten Online-Universität in Spanisch zu verbessern.

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert. Mit dieser Methode wurden mehr als 650.000 Hochschulabsolventen mit beispiellosem Erfolg in so unterschiedlichen Bereichen wie Biochemie, Genetik, Chirurgie, internationales Recht, Managementfähigkeiten, Sportwissenschaft, Philosophie, Recht, Ingenieurwesen, Journalismus, Geschichte, Finanzmärkte und -Instrumente spezialisiert. Dies alles in einem sehr anspruchsvollen Umfeld mit einer Studentenschaft mit hohem sozioökonomischem Profil und einem Durchschnittsalter von 43,5 Jahren.

Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihr Fachgebiet einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurowissenschaften wissen wir nicht nur, wie wir Informationen, Ideen, Bilder und Erinnerungen organisieren, sondern auch, dass der Ort und der Kontext, in dem wir etwas gelernt haben, von grundlegender Bedeutung dafür sind, dass wir uns daran erinnern und es im Hippocampus speichern können, um es in unserem Langzeitgedächtnis zu behalten.

Auf diese Weise sind die verschiedenen Elemente unseres Programms im Rahmen des so genannten neurokognitiven kontextabhängigen E-Learnings mit dem Kontext verbunden, in dem der Teilnehmer seine berufliche Praxis entwickelt.

Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die TECH-Online-Arbeitsmethode zu schaffen. Und das alles mit den neuesten Techniken, die dem Studenten qualitativ hochwertige Stücke aus jedem einzelnen Material zur Verfügung stellen.



Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt.

Das sogenannte Learning from an Expert baut Wissen und Gedächtnis auf und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



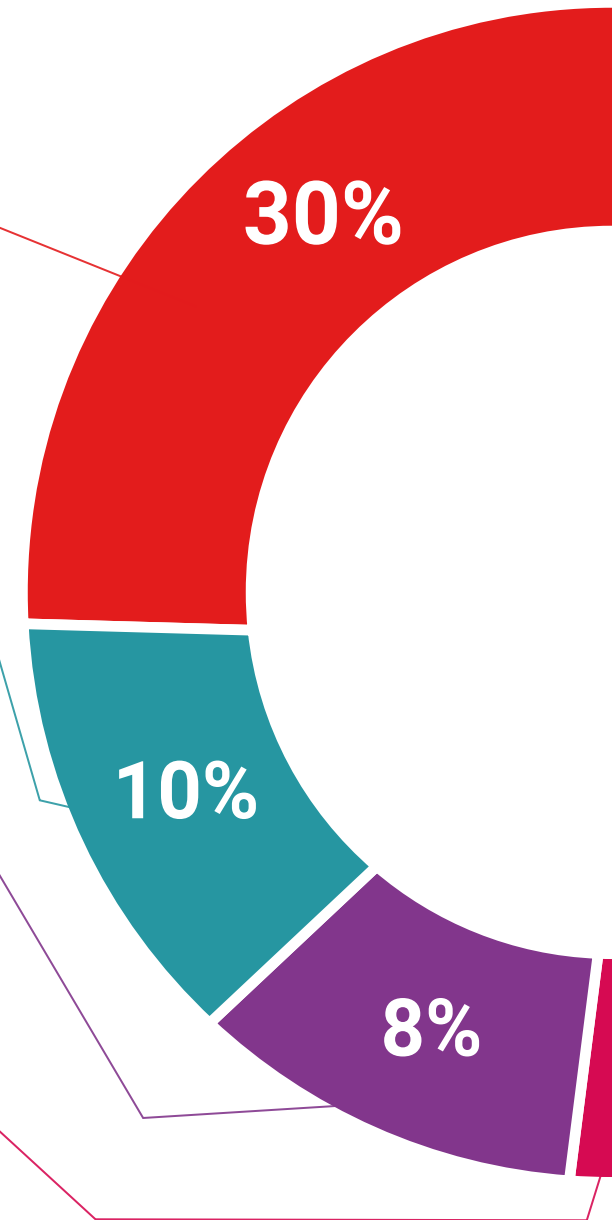
Fertigkeiten und Kompetenzen Praktiken

Sie werden Aktivitäten durchführen, um spezifische Kompetenzen und Fertigkeiten in jedem Fachbereich zu entwickeln. Praktiken und Dynamiken zum Erwerb und zur Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten, die ein Spezialist im Rahmen der Globalisierung, in der wir leben, entwickeln muss.



Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u.a. In der virtuellen Bibliothek von TECH haben die Studenten Zugang zu allem, was sie für ihre Ausbildung benötigen.





Fallstudien

Sie werden eine Auswahl der besten Fallstudien vervollständigen, die speziell für diese Situation ausgewählt wurden. Die Fälle werden von den besten Spezialisten der internationalen Szene präsentiert, analysiert und betreut.



Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



Prüfung und Nachprüfung

Die Kenntnisse der Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass die Studenten überprüfen können, wie sie ihre Ziele erreichen.



06

Qualifizierung

Der Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit garantiert neben der strengsten und aktuellsten Ausbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm
erfolgreich ab und erhalten Sie
Ihren Universitätsabschluss ohne
lästige Reisen oder Formalitäten"*

Dieser **Universitätskurs in Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Methoden des Krafttrainings**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **150 Std.**

Von der NBA unterstützt



*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen
erziehung information tutoren
garantie akkreditierung unterricht
institutionen technologie lernen

tech technologische
universität

Universitätskurs

Krafttraining zur
Verbesserung der
Schnelligkeit

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Universitätskurs

Krafttraining zur Verbesserung der Schnelligkeit

Von der NBA unterstützt

