

# Zertifikat

**Svenja Gliem**

geboren am 12.07.1990

Teilnehmer-ID: 11623



Frau Gliem hat das staatlich geprüfte und zugelassene Fernstudium

## Fachtrainer/in für Ausdauersport

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 3)

mit der Note 1,0 erfolgreich abgeschlossen.

16.02.2018 bis 20.02.2019 (224 Zeit-Std.)

**Inhalte:** Muskuläre Energiebereitstellung - Herz-Kreislauf-System und Blutsowie Trainingsanpassung – Nervensystem - Enzyme und Hormone – Temperaturregulation - Faktoren des altersgemäßen und spezifischen Ausdauertrainings - Leistungs-/Belastungsstruktur von Ausdauersportsarten - Testverfahren zur Diagnostik der Ausdauerleistungsfähigkeit - komplexe sportartspezifische Leitungsdiagnostik - Trainingsplanung und -steuerung im Leistungssport - Umweltfaktoren und Leistungsfähigkeit - leistungsbeeinflussende Wirkstoffe - Ausdauersport und Krankheit



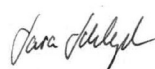
Backnang, 5. März 2019



**TOBIAS WENNINGER**  
Geschäftsführer



**SIMONE WENNINGER**  
Pädagogische Leitung



**SARA SCHLEGEL**  
Leiterin Service



**JASMIN ERNST**  
Leiterin Marketing