Das Berufslexikon ist ein Online-Informationstool des AMS und bietet umfassende Berufsinformationen zu fast 1.800 Berufen in Österreich. Informieren Sie sich unter www.berufslexikon.at zu Berufsanforderungen, Beschäftigungsperspektiven und Einstiegsgehältern sowie zu Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Sporttrainerin und -instruktorin Sporttrainer und -instruktor

INHALT

Tätigkeitsmerkmale . . . 1
Siehe auch . . . 2
Anforderungen . . . 2
Beschäftigungsmöglichkeiten . . . 2
Aussichten . . . 2
Ausbildung . . . 3
Durchschnittliches Bruttoeinstiegsgehalt . . . 5
Impressum . . . 6

TÄTIGKEITSMERKMALE

SporttrainerInnen und -instruktorInnen leiten Einzelpersonen oder Gruppen bei der Ausübung einer oder mehrerer Sportarten an. Beispiele dafür sind Kampfsport, Leichtathletik, Gymnastik oder Wintersport. Dabei können sie sowohl im Profibereich als auch im Amateur- und Freizeitbereich tätig sein, sodass ihr Aufgabenbereich jeweils recht unterschiedlich ist.
Im Spitzen- und Leistungssport arbeiten SporttrainerInnen und -instruktorInnen eng mit SportwissenschaftlerInnen und -medizinerInnen zusammen, um einen adäquaten Trainingsplan für den/die SportlerIn zusammenzustellen. Sie sorgen dafür, dass unter Berücksichtigung der Gesundheit sportliche Höchstleistungen erbracht werden können. Neben dem Training spielen vor allem die Motivationsarbeit und die psychische Betreuung der SportlerInnen eine wichtige Rolle.
Im Freizeit- und Breitensport vermitteln SporttrainerInnen und -instruktorInnen den Sporttreibenden die richtige Technik, indem sie Übungen theoretisch erklären und praktisch demonstrieren sowie die SportschülerInnen beim Ausführen beobachten und Fehler korrigieren. In diesem Bereich geht es vor allem um den Spaß am Sport und die allgemeine körperliche Betätigung als Ausgleich zum Alltag.
Weiters können SporttrainerInnen und -instruktorInnen auch im Bereich der Sondergymnastik und Rehabilitation tätig sein, wo sie meist mit ÄrztInnen und PhysiotherapeutInnen zusammenarbeiten. Sie betreuen Personen mit Behinderungen oder körperlichen Einschränkungen und bieten vor allem Aufbautrainings an. Zudem können sie sich auf die Vermittlung von achtsamkeits- und gesundheitsorientierten Übungen spezialisieren. Zu ihren Aufgaben können auch administrative Tätigkeiten wie die Mithilfe bei der Organisation von Kursen und Veranstaltungen gehören.
Typische Tätigkeiten sind z.B.:

- Sportangebot abwechslungsreich gestalten
- Trainingseinheiten durchführen
- Kurse und Veranstaltungen organisieren
- Kraft- und Belastungstests planen und durchführen
- Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainieren

- Sporttechniken vermitteln
- SportlerInnen zu Wettkämpfen begleiten und betreuen
- Trainingsfortschritt dokumentieren
- Motivationstraining durchführen

SIEHE AUCH

- SporttrainerIn (UNI/FH/PH)
- FitnessbetreuerIn (Lehre)

ANFORDERUNGEN

- Didaktische Fähigkeiten
- Freude am Kontakt mit Menschen
- Interesse an Gesundheit
- Kommunikationsfähigkeit
- Konfliktfähigkeit
- Körperliche Fitness
- Organisationstalent
- Reisebereitschaft
- Überzeugungsfähigkeit

BESCHÄFTIGUNGSMÖGLICHKEITEN

Beschäftigungsmöglichkeiten bieten z.B. folgende Unternehmen und Institutionen:

- Sportverbände und -vereine
- Fitnessstudios
- Kur- und Rehabilitationseinrichtungen
- Sport- und Wellnesshotels
- Tourismusbetriebe, z.B. Ferienclubs und Freizeitanlagen
- Gemeinden, z.B. öffentliche Sporthallen
- Sportartikelindustrie

AUSSICHTEN

Aufgrund des steigenden Gesundheitsbewusstseins und der intensiveren Sportausübung vieler Menschen hat sich die österreichische Sport- und Fitnessbranche in den letzten Jahren positiv entwickelt. Dieser Trend wurde jedoch durch die Corona-Krise und die damit verbundenen Maßnahmen unterbrochen. Viele Betriebe aus dem Sport- und Freizeitbereich wurden von der durch Corona ausgelösten wirtschaftlichen Krise besonders stark getroffen. Der Profisport hat aufgrund der Absage von Wettkämpfen und Veranstaltungen mit vielen Einbußen zu kämpfen. Die dadurch entstandenen finanziellen Belastungen werden viele Vereine, SportlerInnen und TrainerInnen auch in Zukunft spüren. Die Berufsaussichten in diesen Bereichen werden sich erst nach der Krise wieder langsam stabilisieren.
Berufe im Sport- und Fitnessbereich werden oftmals nur saisonal, als Ferien- und Nebenjob oder freiberuflich ausgeübt. Für eine ganzjährige Beschäftigung ist eine Kombination aus Winter- und Sommersportarten anzuraten. Der Erwerb zusätzlicher Qualifikationen und Kompetenzen, z.B. im Bereich Mentaltraining, Beratung oder in bestimmten Trendsportarten, können die Chancen am Arbeitsmarkt verbessern.

AUSBILDUNG

Die Ausbildung zum/zur SporttrainerIn und -instruktorIn ist nicht gesetzlich geregelt. Die für den Beruf erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten können in schulischen Ausbildungen, aber auch im Rahmen einer Kurz- oder Spezialausbildung erworben werden, z.B.:

- Bundessportakademie: "Sportinstruktorinnen und Sportinstruktoren mit dem Schwerpunkt Fit - gesundheitsorientiertes und präventives Training" Dauer: 14 Tage Aufnahmebedingungen: Vollendung des 18. Lebensjahres im Jahr der Abschlussprüfung, ärztliche Bestätigung über körperliche Eignung (nicht älter als 6 Monate), Erste-Hilfe-Nachweis (nicht älter als 5 Jahre)
- WIFI: "Grundlehrgang Bewegung und Sport" Dauer: 60 Lehreinheiten

Dieser Beruf kann auch auf akademischem Niveau erlernt werden, siehe den Beruf SporttrainerIn (UNI/FH/PH).

Ausbildungen im Ausbildungskompass

Kärnten

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Klagenfurt
Adresse: 9020 Klagenfurt, in Kooperation mit Partnerstudios
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Oberösterreich

Diplomtrainer/innenausbildung (Diplom-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Linz
Adresse: 4020 Linz, Auf der Gugl 30
Webseite: http://www.bspa.at/linz/

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Linz
Adresse: 4020 Linz, Bockgasse 2b, GO4
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Sportinstruktor/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Linz
Adresse: 4020 Linz, Auf der Gugl 30
Webseite: http://www.bspa.at/linz/

Trainer/innenausbildung (Basis-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Linz
Adresse: 4020 Linz, Auf der Gugl 30
Webseite: http://www.bspa.at/linz/

Salzburg

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Salzburg
Adresse: 5020 Salzburg, in Kooperation mit Partnerstudios
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Steiermark

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Graz
Adresse: 8053 Graz, Rossegerstraße 27
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Sportinstruktor/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Graz
Adresse: 8010 Graz, Kadettengasse 19d
Webseite: http://www.bspa.at/graz/

Trainer/innenausbildung (Basis-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Graz
Adresse: 8010 Graz, Kadettengasse 19d
Webseite: http://www.bspa.at/graz/

Tirol

Diplomtrainer/innenausbildung (Diplom-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Innsbruck
Adresse: 6020 Innsbruck, Fürstenweg 185
Webseite: http://www.bspa.at/innsbruck/

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Innsbruck
Adresse: 6020 Innsbruck, in Kooperation mit Partnerstudios
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Sportinstruktor/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Innsbruck
Adresse: 6020 Innsbruck, Fürstenweg 185
Webseite: http://www.bspa.at/innsbruck/

Trainer/innenausbildung (Basis-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Innsbruck
Adresse: 6020 Innsbruck, Fürstenweg 185
Webseite: http://www.bspa.at/innsbruck/

Vorarlberg

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Dornbirn
Adresse: 6850 Dornbirn, in Kooperation mit Partnerstudios
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Wien

Diplomtrainer/innenausbildung (Diplom-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Wien
Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6
Webseite: http://www.bspa.at/wien/

Lehrgang Diplom LaufrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Wien
Adresse: 1030 Wien, Dietrichgasse 27, E.EG2
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Lehrgang Diplom TriathlontrainerIn (Lehrgang)

Flexyfit Sports Academy (Flexyfit Plus GmbH) - Wien
Adresse: 1030 Wien, Dietrichgasse 27, E.EG2
Webseite: https://www.sportausbildung.com

Lehrgang: Pädagogische Grundlagen für Trainer/innen für Selbstverteidigung, Kampfsport und Kampfkunst (SKuK) (Lehrgang)

VHS Wien - Rudolfsheim-Fünfhaus
Adresse: 1150 Wien, Schwendergasse 41
Webseite: https://www.vhs.at/de/e/rudolfsheim

Skiinstruktor/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Wien
Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6
Webseite: http://www.bspa.at/wien/

Sportinstruktor/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Wien
Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6
Webseite: http://www.bspa.at/wien/

Sportlehrer/innenausbildung (Lehrgang)

Bundessportakademie Wien
Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6
Webseite: http://www.bspa.at/wien/

Trainer/innenausbildung (Basis-Modul) (Lehrgang)

Bundessportakademie Wien
Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6
Webseite: http://www.bspa.at/wien/

DURCHSCHNITTLICHES BRUTTOEINSTIEGSGEHALT

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

IMPRESSUM

Für den Inhalt verantwortlich:
Arbeitsmarktservice
Dienstleistungsunternehmen des öffentlichen Rechts
Treustraße 35-43
1200 Wien
E-Mail: ams.abi@ams.at

Stand der PDF-Generierung: 07.03.25
Die aktuelle Fassung der Berufsinformationen ist im Internet unter www.berufslexikon.at verfügbar!