

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה
בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

מדריך חדר כושר- לפתח קריירה שאוהבים

חדר הכושר עמוס מאוד בימי הקיץ ומתמלא עוד יותר בימי החורף, בהם למתאמנים קשה לעשות פעילות גופנית בתנאי מזג האוויר. המתאמנים מסתמכים על **מדריך חדר כושר**, שיבנה עבורם תכנית אפקטיבית ופונקציונאלית עבור המטרות שלהם. המדריך בדרך כלל עושה לכל מתאמן חדש סיור בחדר הכושר, מציג לו את המכשירים ואף מדגים לו את דרך הפעולה הנכונה. במהלך שעות העבודה, המדריך עובר ממתאמן למתאמן, בכדי לוודא שהוא יודע כיצד להפעיל את המכשיר ובמידה והוא זקוק לעזרה, זהו מדריך חדר הכושר שבא לקראתו. המכללה האקדמית בוינגייט מכשירה תלמידים להיות **מדריך חדר כושר**, בעזרת לימודים עיוניים ומעשיים, שבעזרתם התלמיד לומד כיצד להתנהל מול המתאמנים, לומד על גוף האדם על כל רבדיו וכל פרט ופרט בחדר הכושר.

לפתח קריירה שאוהבים

אז במידה ואתם חייבים שאדרנלין יזרום בעורקיכם, אתם לא יכולים להתחיל את הבוקר ללא דופק גבוה ובכל הזדמנות אתם עוזרים לאנשים אחרים באימון האישי שלהם בחדר הכושר, כנראה שאתם צריכים להפוך את התחביב האהוב עליכם לקריירה מפותחת. המכללה האקדמית ב **וינגייט** מציעה לכם ללמוד כיצד להיות **מדריך חדר כושר**, לקבל תעודה ולהיות מוסמך לעבוד בחדרי הכושר השונים. הקורס מכשיר מדריכים לאימון קטינים בחדר כושר ומקנה את הבסיס להבנה ממוקדת על כל איבר בגוף וכיצד ניתן לעצב אותו. כושר גופני מבוסס על יכולות פיזיות, אך חשוב גם ללמוד על ההיבטים הפסיכולוגיים, שבעזרתם המתאמן מקבל את המוטיבציה שלו לאימון.

רווח תעסוקתי ורווח אישי

הקורס מכשיר **מדריך חדר כושר**, להבין את המתאמן בכול צורה שהיא, אם פיזית, פסיכולוגית וכדומה. בחדר הכושר ישנם מכשירים רבים, שלא את כולם קל להבין, לכן המדריך לומד כיצד להפעיל את אותם מכשירים בדרך הבטוחה והיעילה ביותר, כך שיוכל ללמד את המתאמן כיצד להפעיל את המכשיר ואיזה טווח תנועה יש להפעיל בכל מצב. האימון הגופני הוא תנאי הכרחי לשמירה על כושר גופני ועל בריאות הגוף, לכן הפעילות הזו מאוד חיונית עבור כל אדם. **מדריך חדר כושר לומד** כיצד להפעיל את עצמו ולא רק כיצד לעזור לאחרים, לכן הוא מרוויח בנוסף למשכורת בסופו של דבר, גם ידע אישי ומידע מועיל, שיאפשר לו לשפר את אורח החיים שלו ולחיות חיים בריאים. בדרך כלל מדריכי הכושר בחדר הכושר, הם אנשים חטובים שנמצאים בכושר כל הזמן, מה שמעיד על כך שהלימודים תורמים גם למדריך מהבחינה האישית ולא רק מבחינת אפשרויות התעסוקה.