

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

קורס מדריכי כושר

פעילות גופנית היא אחד האמצעים החשובים ביותר לאורח חיים תקין ולאריכות חיים. ישנם אנשים רבים אשר מעוניינים לקחת חלק בפעילות גופנית, אך אינם יודעים כיצד לפעול בצורה בטוחה ולעיתים פוצעים את עצמם. בכדי לדעת כיצד להתאמן בצורה בטוחה בחדר הכושר ולעשות את התרגילים כך שיהיו אפקטיביים וישפיעו על הגוף, חשוב להיוועץ במדריך כושר מקצועי ומיומן, שלמד את התנועות הנכונות לכל פעילות ולכל תרגיל. מגוון הפעילויות מסייע לא רק להפחתה במשקל ולחיטוב הגוף, אלא גם לביצוע התנועות היומיומיות בצורה נכונה והימנעות מפציעות בגיל מבוגר. ככל שהגוף יתחזק יותר החל מגיל צעיר וטווח התנועה יגדל, כך גם תימנעו מעצמכם בעיות במפרקים וקושי בשינוי תנוחה משיבה לעמידה, יציאה מהרכב וכדומה.

למי זה מתאים?

המכללה האקדמית בוינגייט מכשירה במשך שנים ארוכות תלמידים, באמצעות קורס מדריכי כושר, קורס אינטנסיבי של 180 שעות לימוד אקדמיות שבסיום מאפשרות הדרכה של קטינים בחדר הכושר. הקורס מיועד לכל מי שמרגיש כי הוא אינו יכול לחיות בלי כושר גופני, כל מי שעוסק בתחום באופן יומיומי ורוצה להדריך אחרים ולקבל על כך תגמול, לכל מי שנושם את הכושר ומעוניין להתפתח בתחום ולהפוך את האהבה שלן לקריירה. אין ספק כי בענף זה יש רבים שמתיימרים להיות מדריכי כושר, אך אין בידם את הידע המקצועי בכדי להדריך בצורה בטיחותית מתאמנים אחרים. המכללה האקדמית בוינגייט מעבירה קורס מדריכי כושר ברמה הגבוהה ביותר, על ידי סגל מרצים מיומן ומנוסה בתחום. הרכז המקצועי של הקורס הוא מרון רובינשטיין, בעל דוקטורנט בפקולטה לרפואה בתל אביב ובעל תואר שני בחינוך גופני.

צמיחה בענף

ככדי להצליח בקורס חשוב להתמיד ולהגיע לכל הקורסים, להשתתף בשיעורים, לעבור את המבחנים בהצלחה ולהיות ממושמע למערכת. בסיום הקורס, כל בוגר יקבל תעודת הדרכה של כושר גופני ואימון קטנים בחדר הכושר ומשם יוכל לפנות לענף ולהתפתח. אומנם הקורס יאפשר לו הדרכת קטינים, אך באמצעות הידע שרכש יוכל בקלות להתקבל לקורס הכשרה גבוה יותר להדרכת בוגרים. המכללה האקדמית בוינגייט מעניקה תמיכה וסיוע לכל אחד מהתלמידים, לאורך כל הדרך ומלווה את כל בוגריה גם בשוק העבודה, במציאת עבודה איכותית שתואמת לרמה המקצועית שנלמדה במכללה. כבר בכניסה למכללה ניתן להרגיש את ההווי המיוחד, את האווירה הנעימה ואת התרבות ששוררת במקום. במידה ואתם שוקלים אופציות נוספות כדאי להגיע ליום הפתוח במכללה ולהתרשם ממגוון התחומים, מצוות המרצים וכמובן מהסטודנטים שיוכלו להעניק לכם מידע ממבט אישי.