

BACHELOR OF ARTS (B.A.)

SPORTWISSENSCHAFT UND TRAINING

Die Erfolgsformel für Deine Trainer:inkarriere

Das Anforderungsprofil an moderne Trainer:innen geht mittlerweile weit über die klassische Trainingsplanung und -steuerung hinaus. Von einem Trainer oder einer Trainerin werden heute sportartübergreifend deutlich mehr Kompetenzen in deutlich mehr Bereichen erwartet. Der Bachelor-Studiengang „Sportwissenschaft und Training“ setzt genau da an und richtet sich an alle, die ihre Trainer:innenlaufbahn beginnen beziehungsweise professionalisieren wollen.

Konkret erwirbst Du in diesem Studium von Trainingswissenschaft über Sportmedizin und Wettkampfsteuerung alles, was Du für Deine Arbeit als Trainer:in brauchst. Zudem bekommst Du wertvolles Coaching-Know-how vermittelt, beispielsweise aus den Bereichen Talententwicklung, Sportpädagogik und Sportpsychologie. Abgerundet wird der Bachelor neben verschiedenen Spezialisierungsmöglichkeiten durch fundiertes Managementwissen aus den Bereichen Verbands- und Vereinsmanagement.

**GEPLANT
AB OKTOBER
2023**

AKADEMISCHE AUSBILDUNG FÜR TRAINER:INNEN

**FLEXIBLE LERNZEITEN –
TROTZ WETTKAMPF UND TRAINING STUDIEREN**

**NETZWERKEN MIT RENOMMIERTEN
TRAINER:INNEN UND DOZENT:INNEN**

**ALS ABSOLVENT:IN MIT
B- UND C-LIZENZ DURCHSTARTEN**



HOCHSCHULE
für Management
University of Applied Sciences

BACHELOR SPORTWISSENSCHAFT UND TRAINING

STUDIENVERLAUFSPLAN VOLLZEIT

Die Studienverlaufspläne der Teilzeit- sowie der dualen Variante findest Du auf unserer Homepage.

■ General Management ■ Spezialisierungsfächer ■ Wahlpflichtmodule

1. SEMESTER 30 Credit Points (CP) und 9 Seminartage (ST)

Sportmedizinische Grundlagen 9 CP / 2 ST	Leistungssteuerung 8 CP / 2 ST	Diagnostik und Trainingswissenschaften 5 CP / 2 ST	Sportpädagogik und Gesundheitspsychologie 8 CP / 3 ST
--	--	--	---

2. SEMESTER 30 Credit Points und 11 Seminartage

Wissenschaftliches Arbeiten 5 CP / 1 ST	Training und Diagnostik Ausdauer 5 CP / 2 ST	Angewandte Sportpsychologie 9 CP / 4 ST	Verbands- und Vereinsmanagement 6 CP / 2 ST	Training und Diagnostik Kraft 5 CP / 2 ST
---	--	---	---	---

3. SEMESTER 30 Credit Points und 9 Seminartage

Sporternährung 9 CP / 3 ST	Training und Diagnostik Schnelligkeit 5 CP / 2 ST	Rechtliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen im Sport 6 CP	Biomechanik 10 CP / 4 ST
--------------------------------------	---	--	------------------------------------

4. SEMESTER 30 Credit Points und 7–9 Seminartage

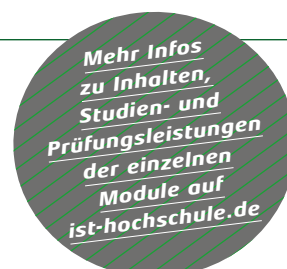
Management und Coaching 8 CP / 2 ST	Monitoring, Datenmanagement und Regeneration 11 CP / 2 ST	Talententwicklung 5 CP / 2 ST	Wahlpflichtmodul I* 6 CP / 1–3 ST
---	---	---	---

5. SEMESTER 30 Credit Points und 6–9 Seminartage

Training und Diagnostik Technik und Koordination 10 CP / 4 ST	Evidenzbasierte Praxis im Sport 5 CP / 2 ST	Wahlpflichtmodul II* 15 CP / 0–3 ST
---	---	---

6. SEMESTER 30 Credit Points und 3–8 Seminartage

Wettkampfanalyse und Wettkampfsteuerung 6 CP / 2 ST	Wahlpflichtmodul III* 9 CP / 1–6 ST	Bachelor-Arbeit + Kolloquium 12 CP + 3 CP
---	---	---



DU HAST DIE WAHL

Im Laufe Deines Studiums hast Du die Möglichkeit, Deine spezifischen Interessen mit verschiedenen Wahlpflichtmodulen zu vertiefen.

Wahlpflichtmodul I

Grundlagen der Physiotherapie
6 CP / 3 ST

Grundlagen der BWL
6 CP / 1 ST

Digitalisierung im Sport
6 CP / 1 ST

Wahlpflichtmodul II

Trainingswissenschaft in ausgewählten Sportarten
15 CP

Medienkompetenz & New Media Management im Sportmanagement
15 CP / 3 ST

Wahlpflichtmodul III

Grundlagen der Sportökonomie
9 CP / 1 ST

Sportmarketing
9 CP / 2 ST

Digitale Fitness und EMS
9 CP / 2 ST

Personal Training
9 CP / 4 ST

Athletiktraining
9 CP / 4 ST

Groupfitnesstraining
9 CP / 5 ST

Rückentraining
9 CP / 4 ST

Prävention und Rehabilitationssport
9 CP / 6 ST

ZAHLEN UND FAKTEN

ABSCHLUSS Bachelor of Arts (B.A.) in der Fachrichtung „Sportwissenschaft und Training“

STUDIENBEGINN geplant ab Oktober 2023

ECTS 180 Credit Points

STUDIENDAUER UND -GEBÜHREN

VOLLZEIT

6 Semester* 359,-€/Monat 12.924,-€ gesamt

TEILZEIT

8 Semester* 299,-€/Monat 14.352,-€ gesamt

DUAL

7 Semester* 329,-€/Monat** 13.818,-€ gesamt**

*Verlängerung um bis zu 3 Semester kostenlos

**übernimmt in der Regel der Ausbildungsbetrieb; Ausbildungsgehalt nach Vereinbarung



DAS SAGT DER EXPERTE

Michael Scharf, Leistungssportdirektor Landessportbund Nordrhein-Westfalen: „Aktuell fehlen im gesamten deutschen Sportsystem gut ausgebildete Trainer:innen an allen Ecken und Enden. Dies gilt besonders für den Leistungssport. Wir können den Bedarf an gut ausgebildeten Trainer:innen und Trainingswissenschaftler:innen in den Sportvereinen und Landesfachverbänden derzeit nicht abdecken. Die Ursachen hierfür sind vielfältig. Teilweise liegen diese an veränderten Ausbildungsschwerpunkten an Hochschulen und Universitäten, teilweise an der Flexibilität und der Innovationsbereitschaft im Sportsystem selbst. Mit dem neuen Bachelor ‚Sportwissenschaft und Training‘, den die IST-Hochschule ab Oktober anbieten wird, werden zusätzlich viele junge Menschen zu kompetenten Trainer:innen ausgebildet. Wir erhoffen uns davon eine positive Entwicklung durch mehr Wettbewerb und Ausbildungsvielfalt. Wir sind uns sicher, dass sich dadurch positive Effekte für den Trainer:innenmarkt sowie für die Sportvereine und -verbände ergeben werden.“

DUALES STUDIUM

Schon während des Studiums Praxiserfahrung als Trainer:in sammeln? Kein Problem! Der Bachelor-Studiengang kann auch als duales Studium durchgeführt werden. Durch die Kombination aus flexiblem Studium und Ausbildung im Betrieb sammelst Du schon während Deines Studiums wertvolle Berufserfahrung.

B- UND C-LIZENZ

Studierende, die noch keine B- und C-Lizenz haben, absolvieren diese im Wahlpflichtmodul „Trainingswissenschaft in ausgewählten Sportarten“ mit Unterstützung der IST-Hochschule bei Sportfachverbänden des DOSB. Inhaber:innen von B- und C-Lizenzen können sich diese anrechnen lassen.



PERSPEKTIVEN

Mit diesem Abschluss bist Du optimal für eine Karriere als Trainer:in aufgestellt. Egal ob Du als Profisportler:in, Sportliebhaber:in, bereits aktive:r Trainer:in oder motivierte:r Quereinsteiger:in den Einstieg in die professionelle Trainer:innenszene anstrebst: Dank der erworbenen sportwissenschaftlichen Kompetenzen kannst Du als Expert:in erfolgreich in vielfältigen Einsatzfeldern durchstarten. Dazu gehören zum Beispiel:

- (Breiten-)Sportvereine und Proficlubs
- Nachwuchsleistungszentren
- Sportverbände
- Gesundheits- und Rehasporteinrichtungen
- Trainer:innenschulen und Sportschulen
- Selbstständige Trainer:innen
- Leistungsstützpunkte und Leistungszentren

Als Absolvent:in dieses Bachelor-Studiengangs erhältst Du 10 % Preisnachlass auf unsere Master-Studiengänge.



DAS SAGT DER EXPERTE

Matthias Jaissle, Trainer FC Red Bull Salzburg: „Das Konzept des IST, mit digitalem Fernunterricht branchenspezifisches Fachwissen zu vermitteln, passt ideal zur zeitgemäßen Trainer:innenausbildung. Das hat vor allem den enormen Vorteil, dass die Trainer:innen an ihren Standorten bleiben können, während sie lernen und ihr Studium absolvieren. Davon habe auch ich persönlich während meines Studiums am IST profitiert.“

DAS SAGT DER EXPERTE

Prof. Dr. Stephan Geisler, Deutschlands „Fitnessprofessor“ und Vizepräsident Forschung IST-Hochschule für Management: „Dieser neue Bachelor-Studiengang bringt einen einheitlichen akademischen Standard in die Vereinstrainer:innenszene und stärkt damit die Ausbildung. Die Studierenden lernen praxisnah nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen alles, was sie für eine erfolgreiche Karriere als Trainer:in brauchen. Aber eben auch Management- und Coaching-Skills, sodass sie breit aufgestellt in Vereinen und auch als selbstständige:r Coach:in und Trainer:in arbeiten können. Die Integration von Trainingslizenzen komplettiert die Basis für eine erfolgreiche Trainer:innenkarriere.“

Anmeldung
unter
ist-hochschule.de

Du interessierst Dich
für eine Karriere im Sport
oder hast konkrete Fragen
zu unserem neuen
Bachelor-Studiengang?

**WIR BERATEN DICH
GERNE PERSÖNLICH!**



IST-HOCHSCHULE FÜR MANAGEMENT

Erkrather Straße 220 a-c | 40233 Düsseldorf

+49 211 86668 0 | sport@ist-hochschule.de | www.ist-hochschule.de