



TYA Personal Trainer

12.1.-13.3.2013 POTCHEFSTROOM, Etelä-Afrikka



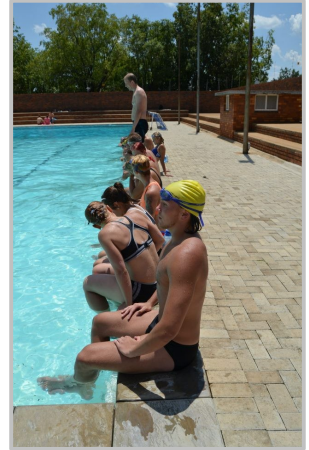
Järjestyksessä toinen Etelä-Afrikan Potchefstroom:ssa järjestettävä TYA personal trainer-kurssi toteutetaan 12.1.-13.3.2013 välisenä aikana. Tällä toisella kurssilla olemme kiinnittäneet erityistä huomiota majoituskohteen valintaan sekä opetushenkilöstön rekrytointiin.

Personal Trainerit (omavalmentajat, henkilökohtainen kuntovalmentaja) ovat terveyden ja hyvinvoinnin asiantuntijoita, jotka laativat yksilöllisiä harjoitus-ohjelmia asiakkaiden tarpeet ja toiveet huomioiden. Omavalmentajat seuraavat asiakkaitensa harjoittelua ja toimivat kannustavina harjoituskumppaneina. Työ on vastuullista ja edellyttää vuorovaikutustaitoja ja hyvää kommunikaatiokykyä. Koulutus sopii kaikille liikunnan, terveyden ja hyvinvoinnin yhteyksistä kiinnostuneille sekä liikunnan ja terveydenhuollon parissa työskenteleville ammattilaisille laaja-alaistamaan ammattitaitoa.

Kurssin opetuskieli on suomi. Koulutuksen järjestäjä: Turun Hierojakoulu (M.S.F-oppilaitos Oy, Y-tunnus: 0871305-6).

Personal Trainer -opintojen aiheita ovat mm.

- Anatomia ja liikuntafysiologia
- Urheiluvalmennus
- Kuntosaliharjoittelu ja sen ohjaaminen
- Liikuntalajit ja lajidemonstraatiot
- Ravitsemus ja painonhallinta
- Fyysisen suorituskyvyn mittaaminen
- Liikuntavammat
- Hieronta ja teippaus; kinesioiteippaus
- Liikunnan ohjaaminen; ohjausharjoitukset
- Liikuntakasvatus ja liikuntapsykologia
- Liikuntateknologian hyödyntäminen
- Personal trainer -yrittäjyys



Personal Trainer –koulutus, Potchefstroom

Etelä-Afrikka ja täydentävät opinnot Suomessa, hinta 3400 euroa.

Opetus toteutetaan kaksivaiheisesti: 8 ov kokopäiväopiskeluna Etelä-Afrikassa 12.1.-13.3.2014 välisenä aikana ja 7 ov monimuoto-opiskeluna Suomessa keväällä 2014 aikana. Monimuoto-opetus sisältää yhden lauantain ja kaksi perjantai lauantaita

Majoitus (n. 1400 €), maksetaan suoraan majoituspalvelut tuottavalle yritykselle

Edestakaiset lennot (n. 950 €), maksetaan suoraan lentoyhtiölle/matkatoistolle

Matkanjärjestäjä: Travel-Forte / Sari Laaksonen Puh. 050 5765 768 sari.laaksonen@travel-forte.com

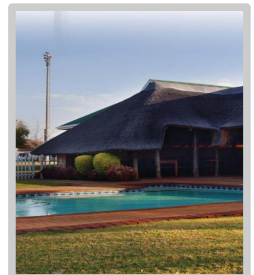
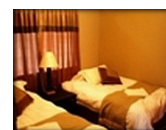


- Kurssin lukujärjestys ja olosuhteet mahdollistavat urheilijoille ammattimaisen harjoittelun opiskelun ohessa
- Opiskelijat voivat hakea KELAn opintososiaalisia etuuksia (opintotuki, asumislisä, opintolainan valtion takaus)
- Kukin opiskelija hoitaa omatoimisesti matkavarauksen ja maksut matkatoimiston/lentoyhtiön kanssa. Em. koskee myös niitä opiskelijoita, jotka käyttävät koulutuksen järjestäjän suosittelemaa matkatoimistoa.
- Koulutuksen järjestäjä on varannut saapumis- ja lähtöpäivälle yhden linja-autokuljetuksen lentokentän ja majoituspaikan välillä. Lentokenttäkuljetukset ovat opiskelijoille ilmaisia.
- Koulutuksen järjestäjän on tehnyt alustavat majoitusvaraukset Asto Villasta, jonka yhteydessä olevassa luentotilassa osa teoriaopetuksesta toteutetaan
- Säilytä vuokranmaksutusote KELAn opintotuen asumislisäänanomuksen liitteeksi

Kurssilla on koulupäivinä "valmennus-aamu", joka on mahdollista käyttää omaan harjoitteluun. Harjoitteluun jää aikaa myös iltaisin ja viikonloppuisin. Potchefstroom sijaitsee noin 120 km Johannesburgista lounaaseen, 1500 metrin korkeudessa. Alueen tarjoamat loistavat harjoitusolosuhteet keräävät sinne vuosittain leireilemään lukuisa joukko yleisurheiluhuippuja sekä muiden urheilulajien edustajia. Kaupungissa toimivat North-West Universityn High Performance Institute of Sports tarjoaa erinomaiset harjoitusolosuhteet nurmikkoratoineen, kuntosaleineen, altaineen jne. Potchefstroom soveltuu olosuhteiden vuoksi yleisurheilun ohella myös muiden lajien harjoitteluun esim. pyöräily, uinti, triathlon, sulkapallo, squash, tennis, jalkapallo ja rygby sekä voimailulajit.

Majoitus:

Astro Villa. Sitova huoneenvaraus tehtävä 10.12.2013 mennessä. Eli em. päivään asti TYA:n personal trainer-kurssilaisille pidetään Astro Villa:ssa huoneistoja varattuna.



KELAn opintotukikeskuksen opintososiaaliset etuudet:

Opintoraha: Ulkomailla opiskelevan opintoraha on korkeimmillaan 298 euroa kuukaudessa. TYA:n personal trainer-kurssille osallistuva voi saada Etelä-Afrikassa toteutettavan lähiopetusjakson aikana (2 kk) opintorahaa yhteensä 596 euroa. Opintoraha on veronalaista tuloa.

Asumislisä: Vuokralla asuvalle enimmillään 210 €/kk, eli TYA:n Etelä-Afrikan PT-kurssilaisille yhteensä 410 euroa.

Lainantakaus: Ulkomailla opiskelevalla on mahdollisuus saada opintolainalleen valtion takausta 600 euroa kuukaudessa, eli TYA:n Etelä-Afrikan PT-kurssilaisille yhteensä 1200 euroa.

Hakuohjeet: www.tya.fi Lisätietoja: TYA-OPPILAITOKSET Mari Numminen Puh. 02 4778700 info@tya.fi Puh. 040 5896476 mari.numminen@tya.fi