



Praktikumsangebot

Löwenherz Fitness Company

OG

Adresse:

Puntigamer Straße 88 / Hallen 11+12
8041, Graz

Telefon:

Mail: martin@loewenherzfitness.at

Homepage: <http://www.loewenherzfitness.at>

Branche: Sportwissenschaftliche Beratung / Betrieb eines Trainingszentrums

Kurzprofil der Institution:

Mit unserem kleinen, hochspezialisierten Team arbeiten wir täglich daran, unseren Sportler*innen ein am aktuellen Stand der Wissenschaft befindliches, modernes (Strength & Conditioning) Trainingssystem zu bieten, um eine professionelle Betreuung vom Hobby- und Breitensport bis zum absoluten Spitzensport sicherstellen zu können. Im Rahmen deines Praktikums tauchst du in unser state-of-the-Art Training tief ein, unterstützt unser Trainerteam in der Planung und Umsetzung verschiedenster Trainingsziele und Anspruchsgruppen, supportest bei wissenschaftlichen Recherchen und Ausarbeitungen und sammelst damit wertvolle Erfahrungen und Kompetenzen, die state-of-the-art Sportwissenschaftler*innen mitbringen sollten.

Praktikumsangebot

Außeruniversitäre Praxis im Bachelorstudium (250h)

Außeruniversitäre Praxis im Master (250 h) (Public Health, Leistung und Training)

Ansprechperson für Studierende

Name: Martin Mader

Telefon: 4,3676494979e+11

Mail: martin@loewenherzfitness.at

Kurzbeschreibung der Praktikumsstätigkeit bzw. der Schwerpunkte

Löwenherz Fitness ist professioneller Dienstleister und wissenschaftlich arbeitender Think Tank in den Bereichen Training, Sport und Gesundheit. Seit 2017 bieten wir in unserem Trainingszentrum in Graz Strength & Conditioning Training auf höchstem Niveau. Mit



unserem state-of-the-art Trainingssystem betreuen wir einerseits Hobby- und Gesundheitssportler*innen, andererseits auch nationale und internationale Leistungs- und Spitzensportler*innen.

In unserer School of Fitness vermitteln wir anwendungsorientiert Wissen und unsere Erfahrungen rund um Training und Ernährung. Österreichweit agiert unser Team aus Sportwissenschaftler*innen und erfahren Trainer*innen an der Schnittstelle Wissenschaft x Praxis und hält dabei zahlreiche Lehraufträge an Hochschulen und anerkannten Fachinstitutionen. Für Vereine, Verbände und Organisationen sind wir als Vortragende tätig, wobei unsere Lehrthemen von Trainingswissenschaft bis zu Coaching & Leadership reichen.

Wir glauben daran, dass die einzige Konstante eines modernen Trainingssystems die Veränderung ist. #weleadothersfollow ist unser täglicher Anspruch. Wenn dich das abholt: Willkommen im #teamlöwenherz!

Praktikumstätigkeit

Dein Praktikum umfasst die Mitarbeit bei folgenden Aufgaben:

- Coaching & Trainingsplanung (ca. 60%)
 - Co-Coaching im Gruppen- und Personal Training Setting
 - Hospitation Barbell Tribe Vereinstraining (Olympisches Gewichtheben / Kraftdreikampf)
 - Support bei Trainingsplanung im Kraft- und Ausdauertraining
- Wissenschaftliches Arbeiten (ca. 20%)
 - Recherche und Ausarbeitung ausgewählter Themen (aktueller Stand der Wissenschaft, Recherche zu Reviews / Metaanalysen, Ausarbeitungen für Vortragstätigkeiten, interne Coaches Meetings und Social Media Wissenschaftskommunikation)
- Administration / Organisation (ca. 20%)



- Support bei (Community) Events
- Übernahme täglicher todos im Trainingszentrum
- Support bei Content Produktion

Lehrinhalt:

Durch die eingangs vorgestellten Aufgabenfelder wirst du in folgenden Lehrinhalten Praxiserfahrung sammeln können:

- Grundlagen Physiologie
- Grundlagen Anatomie
- Grundlagen Biomechanik
- Grundlagen Bewegungsanalyse
- Grundlagen Ernährung
- Trainingsplanung
- Leistungsdiagnostik
- Sportpsychologie
- Sportartspezifische Aspekte der Trainingsplanung, -steuerung, -betreuung (u.a. Volleyball, Olympisches Gewichtheben, Kraftdreikampf, Paddel Tennis, Ski/Snowboard Alpin)

Anforderungsprofil:

Praktikant*innen bringen ein hohes Maß an Eigenverantwortung, Neugier, Lernbereitschaft, wissenschaftlicher Arbeitsweise und Flexibilität mit. Erfahrungen im Kraft- und Ausdauertraining (als Sportler*in, als Trainer*in) und/oder entsprechende Ausbildungen (z.B. Instruktor*in / Trainer*in über BSPA) sind (sehr) vorteilhaft, aber kein Muss. Die erfolgte Absolvierung der LV 403.015 (Spezielle Methodenlehre (Trainingspraxis-Krafttraining)) ist von Vorteil.

Angebot vom: 4/19/2024 12:46:00 PM