

Forside til uddannelsesordningen for fitness- og træneruddannelsen

1. Ændringer i forhold til tidligere
2. Forslag til skole- og oplæringsperioder
3. Grundforløbets 2. del
 - a. Uddannelsesspecifikke kompetencer for grundforløbet
 - b. Grundfag i grundforløbets 2. del
 - c. Certifikater eller lignende i grundforløbets 2. del
 - d. Eux: Grundfag i grundforløbet i eux-forløb1
4. Studiekompetencegivende forløb (Merkantile eux)
 - a. Kompetencer forud for optagelse på det studiekompetencegivende forløb
 - b. Indhold i det studiekompetencegivende forløb
5. Hovedforløb
 - a. Kompetencemål for hovedforløbet
 - b. Varighed af valgfri uddannelsesspecifikke specialefag i hovedforløbet
 - c. Varighed af valgfag i hovedforløbet
 - d. Afkortning for voksne
 - e. Eux: Fag mv. på gymnasialt niveau i hovedforløbet
 - f. Fag med videreuddannelsesperspektiv
 - g. Afsluttende prøve
 - h. Link til censorvejledning/skuemestervejledning
6. Andre oplysninger
 - a. Yderligere oplysninger
 - b. Kriterier for godskrivning

Ændringer i forhold til tidligere

Uddannelsesordningen er fastsat af Det faglige Udvalg for Uddannelser inden for Oplevelsesområdet i henhold til bekendtgørelse nr. 215 af 28. januar 2026 om erhvervsuddannelsen om fitness- og træneruddannelsen.

Skolerne kan fastsætte overgangsordninger for elever, der er under uddannelse i hovedforløbet ved uddannelsesordningens udstedelse.

Der er pr. 1. august 2026 sket følgende ændringer:

Der er ingen ændringer.

Forslag til skole- og oplæringsperioder

-

1. Grundforløbets 2. del

a) Uddannelsesspecifikke kompetencer for grundforløbet

Kompetencemål med præsentationsstandarden begynderniveau:

- 1) Eleven kan medvirke ved kundebetjening, herunder sælge, rådgive og servicere ud fra en grundlæggende forretningsforståelse af branchen.
- 2) Eleven kan i en given arbejdsproces udføre grundlæggende administrative og økonomiske funktioner i forbindelse med medlemsservicering og drift af træningsfaciliteter.
- 3) Eleven kan medvirke til at pleje og vedligeholde træningsudstyr under hensyntagen til grundlæggende principper for hygiejne.
- 4) Eleven kan beskrive forskelle mellem almindelige træningsformer og -metoder inden for træningsinstruktion og deres relevans i ift. de sædvanlige målgrupper og deres træningsbehov.
- 5) Eleven kan dokumentere og formidle egne arbejdsprocesser, metoder og resultater i det omfang, det er almindeligt og nødvendigt i branchen.
- 6) Eleven kan i almindeligt forekomne situationer anvende faglige udtryk og begreber på dansk og engelsk.
- 7) Eleven kan i almindeligt forekomne situationer vælge kommunikationsformer og -metoder, der er afpasset kunden og servicesituationen, samt være bevidst om egen personlig fremtræden som rollemodel i en træningsvirksomhed.

Kompetencemål med præsentationsstandarden rutineret niveau:

- 1) Eleven kan i konkrete eller afgrænsede opgaver anvende metoder til innovativ opgaveløsning under hensyntagen til træningsmålgruppens behov og virksomhedens servicekoncept.

2) Eleven kan planlægge, koordinere og udføre en given arbejdsproces vedrørende opbygning af sædvanligt forekomne træningsprogrammer, herunder foreslå ændringer eller andre metoder som følge af evalueringen.

3) Eleven kan i almindelige situationer vælge, begrunde og praktisk anvende de træningsfaglige arbejdsmetoder, der er mest hensigtsmæssige i den konkrete træningssituation med et givent træningsformål og under hensyntagen til grundlæggende ergonomiske principper.

4) Eleven kan i almindelige situationer begrunde valgte træningsformer ud fra grundlæggende viden om anatomi og fysiologi, arbejdsfysiologi, og grundlæggende viden om forskellige livsstilssygdomme, og tage hensyn til almindelige skader og forebyggelse af disse.

b) Grundfag i grundforløbets 2. del

Grundfag	Niveau	Varighed i uger	Evt. krav til bedømmelse	Placering
Virksomhedsøkonomi	E	4,0	Eleven skal have bestået følgende grundfag	GF2
Afsætning	D	3,0		GF2
Psykologi	E	1,0		GF2

Særlige bestemmelser

Eleven skal have opnået kompetencer svarende til "Førstehjælp på erhvervsuddannelserne" efter Dansk Førstehjælpråds uddannelsesplaner pr. oktober 2020.

Hvis der er elevtyper, der er fritaget for et eller flere af ovenstående krav, skal det angives her.

4. Studiekompetencegivende forløb

Kompetencer forud for optagelse på det studiekompetencegivende forløb

-

Angiv øvrige krav som eleven skal opfylde forud for det studiekompetencegivende forløb

-

Indhold i det studiekompetencegivende forløb

-

Fordybelsestid

Valgfag

Angiv, hvis der er fag, som skolen som minimum skal udbyde som valgfag.

-

5. Hovedforløb

a) Kompetencemål for hovedforløbet

Gælder for alle elever på hovedforløbet

- 1) Eleven kan koble udvalgte teorier til tilrettelæggelse, gennemførelse og evaluering med konkrete arbejdsopgaver fra oplæringen.
- 2) Eleven kan selvstændigt instruere i brugen af relevant træningsudstyr, herunder konditions- og styrketræningsudstyr.
- 3) Eleven kan instruere og vejlede ud fra forskellige træningsformål.
- 4) Eleven kan variere træningen i forhold til individuelle mål og behov samt ved anvendelse af metoder til motivation og målsætning.
- 5) Eleven kan sammen med medlemmet evaluere træningsforløbet og resultatet.
- 6) Eleven kan varetage vejledning og instruktion etisk og hygiejnisk forsvarligt og korrekt under overholdelse af gældende sikkerhedsforskrifter.
- 7) Eleven kan varetage grundlæggende medlemservice, i overensstemmelse med virksomhedens servicekoncept og kvalitetskrav samt interne procedurer.
- 8) Eleven kan varetage grundlæggende konflikthåndtering, behandling af klager og procedurer ved dopingmistanke.

9) Eleven kan medvirke i udvikling og opbygning af trænings- og servicekoncepter med udgangspunkt i eksisterende og nye målgrupper.

10) Eleven kan tilrettelægge og justere et individuelt program for træning baseret på en persons fysiske form og målsætning med udgangspunkt i raske personer, herunder eventuelt idrætsuvante personer og personer med særlige behov.

11) Eleven kan tilrettelægge træningsprogrammer for hold og lede holdtræning, herunder instruere og motivere holdmedlemmerne under hensyn til forskellige behov og målsætninger.

Gælder for specialet fitness manager (trin 2)

12) Eleven kan varetage fitnessmanagement i forhold til fitnesscentrets målgrupper og medarbejdere.

13) Eleven kan tilpasse sin kommunikation til forskellige medlems- og medarbejdergrupper og til forskellige situationer og kommunikationskanaler, der kan anvendes i fitnesscentret.

14) Eleven har kendskab til og forståelse af koncepter og markedsposition gennem standarder for fitnesscentre, omverden og konkurrencesituation.

15) Eleven løser centrets opgaver rutineret i forbindelse med deltagelse i centrets interne kommunikation, samarbejde og teknologianvendelse.

16) Eleven behersker viden om daglig drift herunder indkøb, økonomi og opfølgning samt udarbejdelse af budgetter i fitnesscentret.

17) Eleven kan udføre intern opfølgning af markedsføringsindsatser, salgsfremmende aktiviteter og events, herunder sociale medier i fitnesscentret.

18) Eleven kan forestå kunde- og medlemsservice i fitnesscentret, samt udføre, analysere og vurdere tilfredshed samt igangsætte aktiviteter på baggrund heraf.

19) Eleven anvender ledelsesværktøjer i forbindelse med drift af fitnesscentret.

20) Eleven kan vurdere kvalitet i egne aktiviteter og fitnesscentrets samlede aktiviteter i forhold til branchestandarder.

b) Varighed af valgfri uddannelsesspecifikke specialefag i hovedforløbet

Speciale	EUV 2	EUV1	Ungdom og EUV3
Fysisk træning	0-1	0-1	0-1
Fitness manager	0-1	0-1	0-1

c) Varighed af valgfag

-

d) Afkortning for voksne

Det faglige udvalg har ikke fastlagt en standard afkortning i de enkelte specialefag i forhold til voksne.

e) Eux: Fag mv. på gymnasialt niveau i hovedforløbet

-

f) Fag med videreuddannelsesperspektiv

-

g) Afsluttende prøve

Uddannelsens afsluttende prøve afholdes som en del af den sidste skoleperiode på henholdsvis trin 1 og trin 2. Prøverne afholdes af skolen. Prøverne er mundtlige og skal afdække elevens opnåede kompetencer inden for uddannelsen. På trin 1 aflægges prøven af alle elever.

Den afsluttende prøve på henholdsvis trin 1 og trin 2 tager udgangspunkt i en praktisk caseopgave ud fra en virkelighedsnær træningsorienteret arbejdsfunktion i træningsbranchen. Caseopgaven tildeles ved lodtrækning på prøvedagen. Eleven har 30 minutters forberedelsestid. I forberedelsestiden må eleven anvende alle skriftlige og trykte hjælpemidler. Prøven har en varighed på 30 minutter inklusive votering. Prøven afvikles i dialog mellem lærer og elev. Det teoretiske grundlag, der indgår i den stillede case, inddrages i prøven.

Prøvens grundelementer er følgende:

- 1) Mål og krav for prøven på trin 1 er, at eleven viser, at de centrale kompetencemål for trin 1 er nået, herunder at eleven har viden om fysisk træning med udgangspunkt i forskellige målgrupper. Mål og krav for prøven på trin 2 er, at eleven kan vise, at de centrale kompetencemål for specialet er nået, herunder at eleven har viden om daglig drift af et fitnesscenter ud fra en træningsmæssig baggrund.
- 2) Eksaminationsgrundlaget for prøverne på henholdsvis trin 1 og trin 2 er den praktiske caseopgave.
- 3) Bedømmelsesgrundlaget for prøverne på henholdsvis trin 1 og trin 2 er elevens mundtlige fremlæggelse af den praktiske caseopgave samt elevens præstation i dialogen mellem lærer og elev.
- 4) Bedømmeskriterierne danner baggrund for en helhedsvurdering af målopfyldelsen på henholdsvis trin 1 og trin 2. Skolen fastlægger nærmere bedømmeskriterier inden for følgende rammer:
 - a) I hvilket omfang eleven demonstrerer prøvens relevante kompetencemål.
 - b) Elevens evne til at inddrage både teoretiske og praktiske forhold.
 - c) Elevens evne til at evaluere egen indsats i forhold til de fastsatte mål for opgaven.

h) Link til censorvejledning/skuemestervejledning

-

4. Andre oplysninger

a) Yderligere oplysninger

-

b) Kriterier for godskrivningKriterier for vurdering af, om eleven har 2 års relevant erhvervserfaring, jf. § 66 y, stk. 1, i lov om erhvervsuddannelser

Eleven har relevant beskæftigelse svarende til sammenlagt 2 års fuldtidsbeskæftigelse i træningsbranchen.

Beskæftigelsen har fundet sted inden for de seneste 8 år.

For relevant beskæftigelse rettet mod trin 1, fysisk træning har eleven beskæftiget sig med:

1. Individuel/personlig træning, 40 pct.
2. Holdtræning, 40 pct.
3. Medlemsservice og administration, 20 pct.

For relevant beskæftigelse rettet mod specialet, fitness manager har eleven beskæftiget sig med:

1. Individuel/personlig træning, 20 pct.
2. Holdtræning, 20 pct.
4. Fitness management, 60 pct.

Eleven har gennemført basiskurser inden for holdtræning og individuel/personlig træning, som forudsætning for beskæftigelse i branchen.

Beskæftigelse i udlandet inden for fitnessinstruktion og træning indgår i vurderingen.

Frivilligt arbejde inden for fitnessinstruktion og træning (fx DGI) indgår i vurderingen.

*) Note:

Elever, der er fyldt 25 år når uddannelsen påbegyndes, og som har mindst 2 års relevant erhvervserfaring, skal gennemføre et standardiseret uddannelsesforløb for voksne uden grundforløb og uden oplæring, men med mulighed for at modtage undervisning i og afslutte fag fra grundforløbet med sigte på at opnå certifikater, som er en forudsætning for overgang til uddannelsens hovedforløb

Erhvervserfaring, der giver grundlag for godskrivning for alle elever.

Erhvervserfaring	Varighed af erfaring (måneder)	Afkortning af oplæring (måneder)	Ungespor, voksespor eller alle	Speciale
Holdtræning	4	2	Voksespor	Trin 1, fysisk træning Trin 2, fitness management
Personlig/individuel træning	4	2	Voksespor	Trin 1, fysisk træning Trin 2, fitness management
Medlemsservice og administration	4	2	Voksespor	Trin 1, fysisk træning Trin 2, fitness management

Fitness management	4	2	Voksenspor	Trin 1, fysisk træning Trin 2, fitness management
--------------------	---	---	------------	------------------------------------------------------

Uddannelse, der giver grundlag for godskrivning for alle elever.

-