



Modulhandbuch Bachelor-Studiengang Fitnessökonomie (Bachelor of Arts, B.A.)

Gültig ab Januar 2027

SAFS Hochschule für Bewegungs- und Gesundheitsmanagement
Albisriederstrasse 226, CH-8047 Zürich
+41 44 404 80 20 / www.safs-hochschule.ch

Inhaltsverzeichnis

1	Studiengangskonzept	3
1.1	Präambel zum Verständnis von Fitnessökonomie	3
1.2	Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte	7
1.3	Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen	7
1.4	ECTS-Leistungspunkte	9
1.5	Lernerfolgskontrollen	9
1.6	Prüfungsleistungen	10
2	Studienverlaufsplan	11
3	Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester	12
3.1	Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium	13
3.2	Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens	15
3.3	Beratungs- und Servicemanagement (bsm)	17
3.4	Medizinische Grundlagen (mg)	20
3.5	Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining	24
3.6	Fitnessmarkt (fimt)	28
3.7	Betriebswirtschaftslehre I (bwl1) – BWL, Personal, Organisation	30
4	Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester	32
4.1	Fitnessmanagement (fim)	33
4.2	Trainingslehre II (t2) –Ausdauertraining	36
4.3	Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen	40
4.4	Betriebswirtschaftslehre II (bwl2) – Buchführung und Jahresabschluss	43
4.5	Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings	45
4.6	Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar	48
5	Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester	50
5.1	Betriebswirtschaftslehre III (bwl3) – Bilanzanalyse und Controlling	51
5.2	Marketing II (ma2) – Fitnessmarketing	54
5.3	Trainingslehre III (t3) –Beweglichkeits- und Koordinationstraining	56
5.4	Betriebswirtschaftslehre IV (bwl4) – Investition, Finanzierung, Qualitätsmanagement	60
5.5	Vorbereitungsseminar Bachelor-Thesis	62
5.6	Bachelor-Thesis (bt)	64
5.7	Interdisziplinär (interbfo)	65

1 Studiengangskonzept

1.1 Präambel zum Verständnis von Fitnessökonomie

Der Terminus «Fitnessökonomie» setzt sich aus den Begriffen «Fitness» und «Ökonomie» zusammen. Folglich wird zuerst das Begriffsverständnis der einzelnen Bestandteile vermittelt, um anschliessend eine konkrete Vorstellung von der Fitnessökonomie zu entwickeln.

Der Begriff «Fitness» ist zu einem medienwirksamen und werbestrategischen Sammelbegriff geworden, der für alle möglichen Handlungsweisen benutzt wird. Durch seine mannigfaltige Verwendung ist eine eindeutige Definition dieses Begriffes sehr schwer geworden. Fitness wird assoziiert mit Aktivität, Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Die Bedeutung des Fitnessbegriffes wird sogar über den rein körperlichen Geltungsbereich hinaus generalisiert und verspricht Erfolg sowie gesellschaftliche Akzeptanz.

Um ein einheitliches Verständnis des Begriffes zu schaffen, soll Fitness im weiteren Verlauf wie folgt verstanden werden.

«Unter Fitness (Tauglichkeit) versteht man die psychische und physische Leistungsfähigkeit des Menschen, die ihn in die Lage versetzt, die vielfältigen seelisch-geistigen und körperlichen Belastungen vom Alltag, Beruf und Freizeit so zu bewältigen, dass nicht geistige oder körperliche Ermüdung oder gar Erschöpfung eine weitere kreative Lebensgestaltung verhindern.»

Der Fitnessbegriff umfasst also ein breites Spektrum der menschlichen Leistungsfähigkeit in verschiedenen Situationen. Die körperliche Leistungsfähigkeit stellt in diesem Zusammenhang eine herausragende Grösse dar. Die volle Leistungsfähigkeit der motorischen Fähigkeiten kann Fehlfunktionen und Degenerationen, ausgelöst durch das Fehlen einer adäquaten körperlichen Belastung, entgegenwirken. Keine andere Massnahme kann ein adäquates körperliches Training zur Steigerung der Leistungsfähigkeit ersetzen und damit die Leistungsfähigkeit, inklusive einer gesteigerten Funktionsreserve des Organismus, erhöhen.

Auch wenn der Begriff «Gesundheit» oft mit dem Fitnessbegriff in Zusammenhang gebracht wird, geht Fitness über den reinen Gesundheitsbegriff hinaus. Fitness wird als ein durch gezieltes Training, bewusste Ernährung und gesunde Lebensführung angestrebter psychologischer Leistungszustand, der über das gesundheitliche Wohlbefinden hinausgeht, definiert.

Das Fitnessverständnis geht demnach über das blosses Streben nach Gesundheit hinaus. Fitness ist ein Zustand mit weiter reichenden Ansprüchen als Gesundheit und entwickelt sich als fließender Übergang aus dieser, indem zum allgemeinen Wohlbefinden in Verbindung mit der vollen Funktionstüchtigkeit aller Organsysteme ein bestimmter Anspruch von Leistungsfähigkeit über das «Normalmass» hinzukommt. Nicht jeder gesunde Mensch ist demnach auch «fit».

Fitness ist also die bewusst angestrebte Weiterentwicklung der eigenen Leistungsfähigkeit, die durch sportliches Training, gezielte Ernährung und gesunde Lebensführung erreicht werden kann. Ein Gesundheitstraining unterscheidet sich demnach von einem eigentlichen Fitnesstraining in seinem Intentionsgehalt, also weniger inhaltlich, sondern eher in seiner Zielsetzung. Ein Gesundheitstraining kommt vielmehr die Funktion eines Kompensationstrainings infolge von Bewegungsmangel und bequemer Lebensführung zu. Die betreffende Person ist überzeugt, etwas für ihre Gesundheit tun zu müssen, um Mängel (mangelnde Bewegung, schlechte Ernährungsgewohnheiten, Risikofaktoren) der eigenen Lebensführung zu kompensieren. Die dazugehörige Trainingsphilosophie könnte folgendermassen lauten: «Mit minimalem Aufwand einen grösstmöglichen Nutzen erreichen».

Ein Fitnesstraining dagegen zielt auf die Verbesserung der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit ab, weniger im Hinblick auf ein Minimalmass, sondern vielmehr auf ein Optimalmass. Eine Verbesserung der Leistungsfähigkeit erfordert daher auch eine grössere Trainingssystematik, eine höhere Trainingshäufigkeit und grössere Belastungsanforderungen beziehungsweise persönliche Herausforderungen.

Mit den definierten Anforderungen an den Fitnessbegriff sind natürlich auch die gestiegenen Ansprüche an den Fitnesstrainer verbunden. Aufgrund der Vielfältigkeit des Begriffs ist der Beruf des Fitnesstrainers mit vielfältigen und komplexen Anforderungen verbunden.

Die dargestellten Anforderungen zeigen, dass Fitness im engeren Sinne dem Oberbegriff Sport zugeordnet werden kann. Um diese Zuordnung zu verdeutlichen, wird auf die «Vilnius-Definition des Sports» zurückgegriffen. Dabei handelt es sich um eine Liste mit den hinsichtlich des Sports zu berücksichtigenden relevanten Produkten. Sie werden in drei Kategorien aufgeteilt.

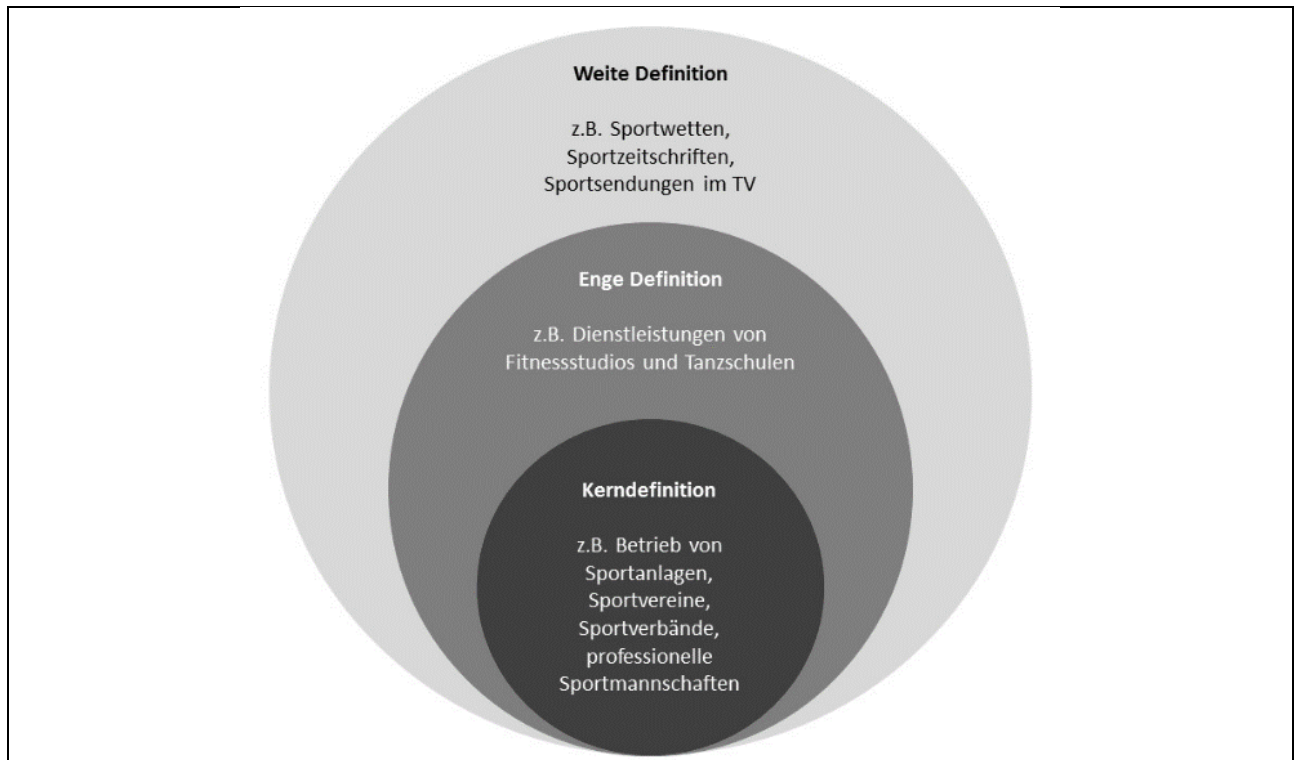


Abb. 1: Abgrenzung des Sports im Sinne der Vilnius-Definition (Breuer, 2012, S. 27)

Aus der vorherigen Abbildung wird deutlich, dass die Fitness im mittleren Kreis verortet ist und somit Sport im engeren Sinn darstellt. In diesem mittleren Kreis werden alle Waren und Dienstleistungen, die im Zuge der Sportausübung als Input notwendig sind aufgeführt. So können hier unter anderem Fitness-Studios, Hersteller und Händler für Fitnesskleidung und Fitnessgeräte zugeordnet werden. Es wird ersichtlich, dass Fitness damit einen wichtigen Teilaspekt des Sports darstellt. Sämtliche Akteure der Fitnessbranche verfolgen individuelle Ziele. Trainierende möchten ihre Fitness (Tauglichkeit) steigern, während beispielsweise Händler und Hersteller von Fitnessgerätschaften oder Fitness-Studiobetreiber ihren Gewinn maximieren möchten.

In einer perfekten Welt würden sämtliche Akteure alle ihre Bedürfnisse befriedigen und Unternehmen unbegrenzte Mengen aller Güter herstellen können. Es müssten sich auch keinerlei Gedanken mehr über Einkommensverteilungen zwischen Individuen oder Gruppen gemacht werden. Alle Güter wären frei zu haben, sämtliche Preise wären gleich null und Märkte somit vollkommen überflüssig.

Doch so eine optimale Situation mit unbegrenzten Möglichkeiten ist sehr unrealistisch. Die Welt ist von Knappheit geprägt. Das bedeutet, dass auch im Bereich des Sports, daher auch in der Fitness, weniger Güter und Ressourcen vorhanden sind, als eigentlich gewünscht wären. Somit sind auch die Akteure der Fitness darauf angewiesen, aus den knappen Ressourcen das für sie optimale Ergebnis herauszuholen. Hierbei spricht man auch von ökonomischer Effizienz. Dieser Ausgangssituation widmet sich die Wirtschaftswissenschaft «Ökonomie», dem zweiten Bestandteil des Terminus «Fitnessökonomie». In diesem Zusammenhang kann der Begriff der ökonomischen Effizienz wie folgt verstanden werden.

«Wir sprechen von **ökonomischer Effizienz**, wenn die in einer Volkswirtschaft produzierten Güter und Dienstleistungen unter dem Einsatz vorhandener Technologien und knapper Ressourcen ein quantitatives und qualitatives Maximum erreichen.»

Die Akzeptanz dieser Realität erfordert eine ökonomische Sichtweise auf den Bereich Fitness. In der Lehre finden wir eine Vielzahl an Begriffen, die eine ökonomische Sichtweise auf den Bereich Fitness beschreiben. Die gängigsten Begriffe sind hierbei Fitnessökonomie und Fitnessmanagement. Auf Fitnessmanagement wird im gleichnamigen Modul Bezug genommen.

Angelehnt an die Definition der Sportökonomie nach Daumann (2011) lässt sich Fitnessökonomie wie folgt definieren:

Fitnessökonomie kann als Wirtschaftswissenschaft der Fitnessbranche bezeichnet werden, die sich mit den realen Akteuren und deren Interaktionen in der Fitnessbranche vor dem Hintergrund der Güterknappheit befasst. Simultan zur Sportökonomie kann das Erkenntnisobjekt der Fitnessökonomie als das menschliche Handeln in Kombination mit der Knappheit der Güter zur Realisierung individueller Ziele im Bereich der Fitness bezeichnet werden.

Die Fitnessökonomie bedient sich an dem Theoriegerüst der Wirtschaftswissenschaften und bezieht dieses auf den spezifischen Kontext des Fitnesports. Um die gesamte Thematik der Fitnessökonomie erschliessen zu können, muss ein Verständnis geschaffen werden, was unter BWL und VWL zu verstehen ist und warum die Grenzen zwischen diesen zwei Ebenen zunehmend verschwimmen.

Die Betriebswirtschaftslehre des Fitnesports konzentriert sich auf die einzelwirtschaftlichen Fragen. Hierbei liegt der Fokus auf das Wirtschaften in Betrieben. Hinsichtlich ihrer Aufgabenstellung lässt sie sich gliedern in Unternehmensaufbau, Produktion, Absatz, Investition/Finanzierung und betriebliches Rechnungswesen/Steuerlehre.

Um zu gehaltvollen Aussagen zu gelangen, muss die BWL jedoch auch über den Rand der Einzelwirtschaften und ihr Verhalten auf Märkten hinausschauen und zusätzlich das Marktumfeld und den Ordnungsrahmen im Blick behalten, in den sie eingebunden ist. Dies ist die Schnittstelle mit der volkswirtschaftlichen Mikroökonomie, aus der die BWL einst hervorgegangen ist. Im Gegensatz zur BWL, die sich auf Entscheidungen innerhalb von Einzelwirtschaften konzentriert, untersucht die Mikroökonomie das ökonomische Zusammenspiel von Einzelwirtschaften auf den Märkten. Hierbei versucht sie herauszufinden, wie Haushalte und Unternehmen Entscheidungen treffen und die Wirtschaftseinheiten auf den jeweiligen Märkten zusammenwirken. Auch die Erforschung der Monopole, die Rolle des internationalen Handels und das Finanzwesen zählen zu ihren zentralen Themenbereichen.

Anhand dieser Ausführung ist bereits zu erahnen, wie wichtig die Erkenntnisse der Mikroökonomie für die innerbetrieblichen Entscheidungen der BWL sind und warum die Grenze zunehmend zu verschwimmen beginnt.

Im Gegensatz zur Mikroökonomie, die auf das berühmte Werk von Adam Smith, *The Wealth of Nations* (Der Reichtum der Nationen) aus dem Jahr 1776 zurückgeht, ist die Makroökonomie eine noch verhältnismässig junge Disziplin. Entstanden ist sie in ihrer jetzigen Form durch das Werk von John Maynard Keynes, *General Theory of Employment, Interest and Money* (Allgemeine Theorie der Beschäftigung, des Zinses und des Geldes) im Jahre 1936. Seitdem ist sie neben der Mikroökonomie der zweite grosse Zweig der VWL und beschäftigt sich mit der wirtschaftlichen Gesamtleistung. Die Makroökonomie versucht zum Beispiel die Fragen zu beantworten, welche Kontrolle die Zentralbanken über die Geldmenge und Zinssätze ausüben, welche Faktoren die Investitionen und den Konsum von Gesellschaften bestimmen, wie Finanz- und Wirtschaftskrisen entstehen und warum einige Staaten wachsen, während andere wiederum stagnieren (Samuelson & Nordhaus, 2016, S. 26). Diese beiden Zweige der VWL sind eng miteinander verwoben. Da die gesamtwirtschaftlichen Entwicklungen durch Milliarden individueller Entscheidungen entstehen, kann man die makroökonomischen Analysen nicht ohne die zugehörigen Mikroentscheidungen verstehen.

Die nachfolgende Abbildung stellt den beschriebenen Gegenstandsbereich der Fitnessökonomie noch einmal grafisch dar:

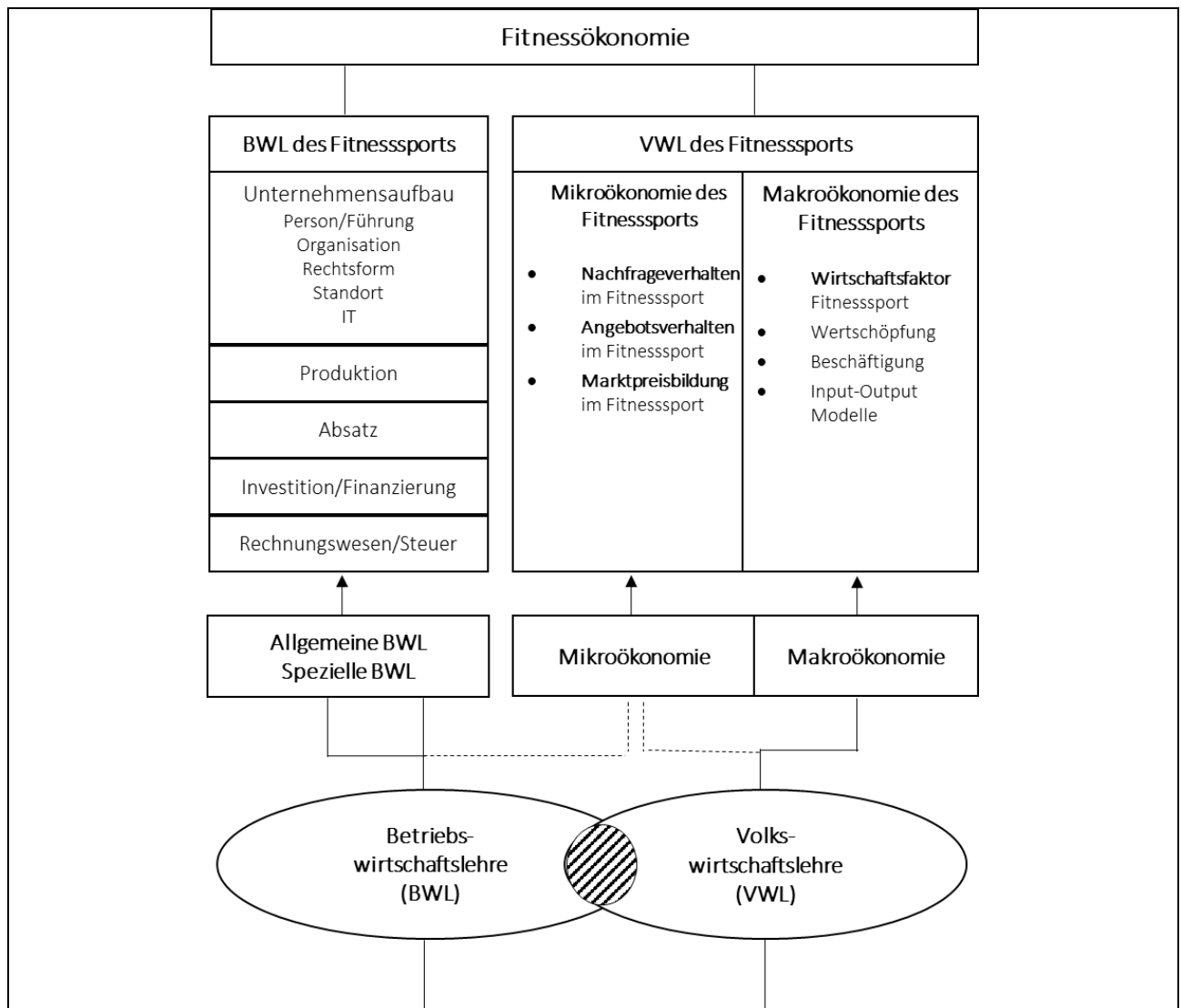


Abb. 2: Gegenstandsbereiche der Fitnessökonomie (Breuer, 2012, S. 27)

Aus der Abbildung wird deutlich, dass sich die Makroökonomie des Fitnesssports mit der volkswirtschaftlichen Bedeutung des Faktors «Fitness» beschäftigt. Die übergeordnete Fragestellung hierbei lautet: Welchen Beitrag liefert der Fitnesssport zum Sozialprodukt, zur Beschäftigung oder zur Aussenwirtschaft?

Die Betriebswirtschaftslehre (BWL) des Fitnesssports auf der anderen Seite betrachtet die einzelwirtschaftlichen und (inner-)betrieblichen Fragen von Fitnessorganisationen.

Die Mikroökonomie des Fitnesssports hingegen ist zwischen der Volks- und Betriebswirtschaftslehre angesiedelt und stellt eine Mittelsäule dar. Hier erfolgen beispielsweise Betrachtungen hinsichtlich der Fitnesssportnachfrage, -angebote oder -märkte.

So wird erkennbar, dass die Grundlage der so verstandenen Fitnessökonomie die beiden Wirtschaftswissenschaften Volks- und Betriebswirtschaftslehre darstellen. Die Fitnessökonomie wendet das betriebswirtschaftliche und volkswirtschaftliche Instrumentarium auf einzelne Bereiche des Fitnesssports an. Die im Rahmen der VWL und BWL des Fitnesssports gebildeten Theorien und abgeleiteten Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge gilt es dann in Ziel-Mittel-Beziehungen umzuformen.

1.2 Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte

Der Studiengang qualifiziert zur Führungskraft, die Fitness- und Freizeit- und Gesundheitsunternehmen auf strategischer und operativer Ebene kaufmännisch leitet und für die Mitarbeiterführung sowie für die Konzeption und die Umsetzung von Fitnessprogrammen zuständig ist.

Der inhaltliche Schwerpunkt des anwendungsorientierten Studienganges auf der Vermittlung der hierfür notwendigen betriebswirtschaftlichen Fachkompetenzen sowie der notwendigen Methodenkompetenzen. Das Grundverständnis über die volks- und betriebswirtschaftlichen Aspekte bildet die Grundlage, um die zentralen ökonomischen Zusammenhänge in einem Fitness-, Freizeit- und Gesundheitsunternehmen zu erkennen und zu verstehen. Umfassendes Fachwissen erlangen die Absolventen in allen wichtigen Aspekten der Unternehmensführung. Dazu gehören u. a. Kenntnisse in Personalmanagement wie z. B. Auswahl, Einsatzplanung und Personalführung sowie Kostenmanagement. Ferner ist ein Einblick in die Grundzüge des Rechts insbesondere des Bürgerlichen Rechts und des Handelsrechts Bestandteil des Studiums. Die Wissens- und Transfervermittlung erfolgt praxisnah und interdisziplinär. So ist eine direkte Übertragung der wissenschaftlich fundierten Inhalte in die betriebliche Praxis möglich. Organisation und Qualitätsmanagement und ein damit verbundener kontinuierlicher Verbesserungsprozess stellen weitere zentrale Studieninhalte dar. Eine umfangreiche Wissensvermittlung erfolgt zudem in dem Bereich internes und externes Rechnungswesen, z. B. zu den Themen Buchführung und Jahresabschluss sowie Kosten- und Leistungsrechnung. Investition, Finanzierung und Controlling stehen ebenfalls im Mittelpunkt des Studiums. Die Themen Marketing, inklusive strategische Marketingplanung und Markenbildung, sowie Verkauf- und Servicemanagement sind ebenfalls wichtige Bestandteile des Studiums.

Neben den betriebswirtschaftlichen Inhalten bildet die Trainingswissenschaft einen weiteren Studienschwerpunkt. Hier umfassen die Studieninhalte die Themenblöcke fitness- und gesundheitsorientiertes Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits- und Koordinationstraining. Damit können die Studierenden nicht nur im direkten Kundenkontakt tätig werden, sondern insbesondere Konzepte und Strategien in der Betreuung sowie im Trainingsbereich entwickeln bzw. anleiten. Flankierend werden in dem Bachelor-Studiengang ernährungswissenschaftliche Grundlagen vermittelt. Fähigkeiten in Kommunikation und Präsentation sowie die Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten runden die Qualifikation der Absolventen als zukünftige Fach- und Führungskraft ab.

1.3 Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen

Der Bachelor-Studiengang «Fitnessökonomie» ist als duales, mediengestütztes Fernstudium, kombiniert mit kompakten Lehrveranstaltungen konzipiert. In diesem Studienkonzept existieren mit der Hochschule, dem Ausbildungsbetrieb sowie der persönlichen Lernumgebung der Studierenden drei Lernorte. Durch dieses Konzept gelingt es, einen Wissens- und Fertigkeitstransfer mit hohem wissenschaftlichem Anspruch mit einem tätigkeitsfeldrelevanten Anwendungsbezug zu kombinieren.

Das Fernstudium hat mit einem primären instruktions- und anwendungsorientierten didaktischen Ansatz vorrangig die Aufgabe der organisierten, angeleiteten und betreuten Inhaltsvermittlung. In den gesamten Studienverlauf sind qualitätsvolle, digital gestützte Lehr-/Lernformate eingebunden (Blended-Learning). Im Zentrum des mediengestützten, kombinierten Fernstudiums steht das Lernmanagement-System (LMS) ILIAS. Das Akronym ILIAS steht für «Integriertes Lern-, Informations- und Arbeitskooperations-System». ILIAS dient mit seinen vielfältigen Funktionen als zentrale digitale Plattform zur Unterstützung von organisatorischen Prozessen sowie als Lernplattform und somit für alle Studienprozesse an der SAFS Hochschule. In ILIAS wird das Fernstudium eines Studienmoduls in Lernsequenzen unterteilt, welche die Studierenden nacheinander absolvieren (geführter Lernweg). Innerhalb der Lernsequenzen haben die Studierenden Zugriff auf die jeweiligen Lernmedien. Lernsequenzen schliessen mit einer Lernerfolgskontrolle ab, die der

formativen Selbstkontrolle des Lernfortschritts dient. In ILIAS werden Lernfortschritt und Lernverlauf dokumentiert.

Ein Lehrmedium in allen Studienmodulen sind Studienbriefe. Diese behandeln alle relevanten Lerninhalte eines Moduls und sind hierzu, z. B. mit Anweisungen, Übungen und Wiederholungsaufgaben, fernstudiendidaktisch aufbereitet. Diese didaktischen Hilfen dienen dem angeleiteten Selbststudium. Studierende der SAFS Hochschule haben Zugriff auf eine digitale Version der Studienbriefe über ILIAS. Auf Wunsch erhalten Studierende die Studienbriefe zusätzlich als Printdokument.

Darüber hinaus steht eine Vielzahl von digitalen Medien ergänzend zu den Studienbriefen zur Verfügung. Das Angebot an digitalen Medien, das jederzeit über ILIAS abrufbar ist, ist in einen fachübergreifenden und einen fachspezifischen Bereich unterteilt und beinhaltet insbesondere Lernmodule sowie Übungssammlungen und Audiodateien u. a. mit organisatorischen Informationen, fachspezifischen Inhalten und Übungen zur Selbstkontrolle. In den Studienbriefen erhalten die Studierenden gezielte Hinweise zu den thematisch zugeordneten digitalen Medien, sodass eine inhaltliche Verknüpfung zwischen Studienbriefen und digitalen Medien erzielt wird (Konzept der Integration). Alle digitalen Medien können unbegrenzt genutzt werden. Darüber hinaus fördern von wissenschaftlichen Mitarbeitenden moderierte Foren den fachlichen Austausch zwischen den Studierenden und somit den Lernerfolg im Fernstudium.

Die fachwissenschaftliche (synchrone und asynchrone) Fernstudienbetreuung bildet das Kerngerüst des Betreuungskonzeptes der SAFS Hochschule. Das Tutoring-Team der SAFS Hochschule ist von Montag bis Freitag in der Zeit von 08.00 bis 17.00 Uhr telefonisch erreichbar. Die Studierenden haben ebenso die Möglichkeit, Fachfragen per E-Mail an das Tutoring-Team zu richten. In Fachforen können über ILIAS Fragen zu verschiedenen Themengebieten diskutiert werden. Die Fachforen werden von wissenschaftlichen Mitarbeitenden der SAFS Hochschule moderiert. Jeweils im Anschluss an das Fernstudium zu den jeweiligen Studienmodulen finden die modulspezifischen, kompakten Lehrveranstaltungen statt. Die Lehrveranstaltungen sind als Präsenzphasen mit primär studierendenzentriertem Unterricht am Studienzentrum der SAFS Hochschule konzipiert. Zu ausgewählten Lehrveranstaltungen können sich die Studierenden auch ortsunabhängig live zu den Vor-Ort-Präsenzphasen dazuschalten.

Bei dem Bachelor-Studiengang «Fitnessökonomie» handelt es sich um ein praxisintegrierendes duales Studienangebot. Bei dem Konzept des Studiengangs verläuft die betriebliche Ausbildung parallel zum Fernstudium. Beide Lernorte sind inhaltlich und organisatorisch verzahnt. Die Studierenden arbeiten mehr als 20 Stunden pro Woche in einem geeigneten Ausbildungsbetrieb (Praxispartner) und bereiten sich sowohl in ihrer eigenen Lernumgebung (z. B. zu Hause) als auch im betrieblichen Setting auf die jeweils bevorstehende Lehrveranstaltung und Prüfungsleistung vor. Zur inhaltlichen Verzahnung der Studieninhalte mit der betrieblichen Praxis existiert ein Handbuch für die Ausbildungsbetriebe, in dem modulbezogen aufgezeigt wird, welche Studieninhalte im Hinblick auf die anvisierten Qualifikationsziele in der betrieblichen Praxis umgesetzt werden sollen. Auf der Basis des Handbuchs für die Ausbildungsbetriebe erstellen die Ausbilder einen betrieblichen Ausbildungsplan für die Studierenden.

Alle Studierenden der Bachelor-Studiengänge müssen entsprechend der Studienordnung bei der Anmeldung einen Vertrag mit einem geeigneten Ausbildungsbetrieb vorweisen. Der Ausbildungsvertrag regelt unter anderem die Vergütung der Studierenden sowie die Übernahme der Studiengebühren. Die Betriebe müssen personell und fachlich geeignet sein, die in den betrieblichen Ausbildungsplänen der jeweiligen Fachrichtungen vorgeschriebenen Inhalte zu vermitteln. Eine Selbstauskunft der Eignung des Betriebes wird mit einer Unterschrift durch die jeweiligen Ausbilder bestätigt. Die Eignung des Betriebes ist ein Teil der Zulassungsdokumente und wird bei jeder Neuanschreibung eines Studierenden aktuell nachgewiesen. Betriebe und Studierende bestätigen mit Ihrer Unterschrift auf der Anmeldung die Inhalte der Zulassungsdokumente (Studienregeln und Verhaltenskatalog, Eignung des Betriebes, Tipps für eine erfolgreiche Umsetzung des dualen Studiums).

Der Bachelor-Studiengang «Fitnessökonomie» ist konsequent modular angelegt. Ein Studienmodul beinhaltet das mediengestützte und durch Ferntutoring betreute Fernstudium, die im Anschluss an das modulspezifische Fernstudium stattfindende kompakte Lehrveranstaltung sowie den begleitenden Ausbildungsanteil bei einem Ausbildungsbetrieb bzw. Praxispartner.

Die Studienmodule sind in einem Studienverlaufsplan dargestellt (Kapitel 2). Der Studienverlaufsplan regelt den chronologischen Ablauf der Studienmodule. Abweichungen von diesem Ablaufplan sind nur in begründeten Ausnahmefällen möglich.

1.4 ECTS-Leistungspunkte

Die ECTS-Leistungspunkte für ein Studienmodul werden vergeben, wenn die Modulprüfungsleistung mit «bestanden» bzw. einer Note, die zum Bestehen führt, bewertet wurde. Bei Studienmodulen ohne Prüfungsleistung wird die Vergabe der ECTS-Punkte von der Bearbeitung der Lerninhalte und dem Absolvieren der Lehrveranstaltung abhängig gemacht.

Ein ECTS-Punkt entspricht einer durchschnittlichen Arbeitsbelastung (Workload) von 30 Stunden. In dem sechssemestrigen dualen Bachelor-Studiengang werden pro Studienjahr 60 ECTS-Punkte und im Gesamtstudium 180 ECTS-Punkte erworben. Der Gesamtworkload wird auf die in Kapitel 1.3 dargestellten drei Lernorte (individuelle Lernumgebung bei Studierenden, betriebliche Ausbildung, Fachhochschule) verteilt. Eine differenzierte Ausweisung von ECTS-Punkten für diese drei Lernorte ist in dem Konzept der SAFS Hochschule nicht vorgesehen. Das Fernstudium, die ergänzenden kompakten Lehrveranstaltungen sowie die parallel verlaufende und über den betrieblichen Ausbildungsplan strukturierte betriebliche Ausbildung bilden eine curriculare Einheit und stellen aufgrund der stringenten Verzahnung untrennbare Modulbausteine dar. Über alle drei Lernorte werden sowohl die Fach- und personalen Kompetenzen in den jeweiligen wissenschaftlichen Fachgebieten als auch die berufsfeldrelevanten Schlüsselkompetenzen erworben. Auf dieser Grundlage werden die ECTS-Punkte für ein gesamtes Studienmodul ausgewiesen.

1.5 Lernerfolgskontrollen

Lernerfolgskontrollen dienen als formative Tests der Ermittlung des Lernfortschritts in einem Studienmodul und als Bindeglied zwischen dem Fernstudium und den Lehrveranstaltungen. Lernerfolgskontrollen finden in der Regel im Verlauf des Lernprozesses statt und werden nicht benotet. Jede Lernsequenz des Fernstudiums wird in ILIAS mit einer Lernerfolgskontrolle abgeschlossen (vgl. Kapitel 1.3). Darüber hinaus stehen zur Lernerfolgskontrolle Übungen und Wiederholungsaufgaben in den Studienbriefen sowie zusätzliche digitale Lernmedien über ILIAS zur Verfügung. In den Studienbriefen der Studienmodule wird darauf hingewiesen.

1.6 Prüfungsleistungen

Klausur (KL):

Ausgewählte Studienmodule schliessen mit einer Klausur im Open-Book-Format ab. Die Verwendung von Hilfsmitteln ist dabei erlaubt. Die Aufgabenstellungen sind kompetenzorientiert, komplex und simulieren realistische berufliche Situationen. Klausuren werden am letzten Tag der Lehrveranstaltung bearbeitet.

Hausarbeit (HA):

Im Rahmen von Hausarbeiten sind komplexe, handlungsorientierte Aufgaben- bzw. Problemstellungen zu bearbeiten. Hausarbeiten werden nach der zugehörigen Lehrveranstaltung des Studienmoduls schriftlich bearbeitet und in digitaler Form eingereicht bzw. abgegeben. Hausarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistung konzipiert sein. In beiden Fällen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Hausarbeiten zielen insbesondere auf die Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten, kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen) in einem spezifischen Kontext ab.

Projektarbeit (PRO):

Projektarbeiten behandeln komplexe, praxisbasierte Aufgabenstellungen, die bearbeitet werden müssen. Projektarbeiten werden nach der zugehörigen Lehrveranstaltung des Studienmoduls schriftlich bearbeitet und in digitaler Form eingereicht. Projektarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistungen konzipiert sein. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Projektarbeiten dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen, analytisches und vernetztes Denken). Bei kollektiven Prüfungsleistungen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden.

Bachelor-Thesis (TH):

Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist. Durch die Komplexität der Frage- und Problemstellungen werden bei der Bachelor-Thesis die Fachkompetenzen, Methodenkompetenzen sowie die fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten) gefördert.

2 Studienverlaufsplan

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium	1. + 2.	5	2	–
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens		5	2	–
Beratungs- und Servicemanagement		10	3	KL
Medizinische Grundlagen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Fitnessmarkt		10	3	KL
Betriebswirtschaftslehre I – BWL, Personal, Organisation		10	3	KL
insgesamt		60	20	
Fitnessmanagement	3. + 4.	10	3	KL
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen		10	3	KL
Betriebswirtschaftslehre II – Buchführung und Jahresabschluss		10	3	KL
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt		60	18	
Betriebswirtschaftslehre III – Bilanzanalyse und Controlling	5. + 6.	10	3	KL
Marketing II – Fitnessmarketing		10	3	KL
Trainingslehre III – Beweglichkeits- und Koordinationstraining		10	3	HA
Betriebswirtschaftslehre IV – Investition, Finanzierung, Qualitätsmanagement		10	3	KL
Vorbereitungsseminar Bachelor-Thesis		–	2	–
Bachelor-Thesis		12	–	TH
Interdisziplinär		8	3	PRO
insgesamt		60	17	
Gesamtstudium		180	55	

HA = Hausarbeit
KL = Klausur
PRÄ = Präsentation
PRO = Projektarbeit
TH = Thesis

3 Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium	1. + 2.	5	2	–
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens		5	2	–
Beratungs- und Servicemanagement		10	3	KL
Medizinische Grundlagen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Fitnessmarkt		10	3	KL
Betriebswirtschaftslehre I – BWL, Personal, Organisation		10	3	KL
insgesamt		60	20	

PP = Präsenzphase, PL = Prüfungsleistung
KL = Klausur, HA = Hausarbeit

3.1 Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Kurt Grünwald	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können das duale Fernstudium gegen ein Präsenzstudium abgrenzen. ● können die Berufsfelder/-chancen in ihrem jeweiligen Studiengang beschreiben. ● können das pädagogische Konzept der SAFS Hochschule beschreiben. ● können die Prüfungsstruktur und die Prüfungsanforderungen in ihrem Studiengang benennen und beschreiben. ● können ihr Mitbestimmungsrecht als Studierende der SAFS Hochschule beschreiben und wahrnehmen. ● können das hochschulinterne Learning-Management-System ILIAS anwenden.	
Studieninhalte:	● Struktur der SAFS Hochschule ● Duales Studium vs. Präsenzstudium ● Studienverlaufsplan ● Tätigkeitsfelder Gesundheits-, Fitness- und Freizeitbranche ● Kombination Studium und Ausbildung im Betrieb ● Fernstudienmaterialien, Präsenzphasen und Betreuung, Prüfungsleistungen und Prüfungsanforderungen ● Prüfungsstruktur ● Anerkennung von Prüfungsleistungen ● Lernen lernen ● ILIAS Funktionen ● Einführung in Excel und Word ● Zeit- und Zielmanagement ● Klassensprecherwahl ● Berufsfelder und Chancen	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht	
Voraussetzung für die	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	

Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	SAFS Hochschule für Bewegungs- und Gesundheitsmanagement (2024). <i>Studienanleitung Bachelor-Studium</i> . Zürich: SAFS. SAFS Hochschule für Bewegungs- und Gesundheitsmanagement (2024). <i>Studienordnung für Bachelor-Studiengänge</i> . Zürich: SAFS.

3.2 Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Kurt Grünwald	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können wissenschaftliche Basistechniken für alle folgenden Module und wissenschaftlichen Arbeiten des Studiengangs umsetzen. ● können wissenschaftliche Publikationen kritisch bewerten. ● können die wichtigsten Methoden des wissenschaftlichen Arbeitens nennen und beschreiben. ● können Rahmenbedingungen des Lernprozesses optimieren und das hierfür erworbene Wissen für das eigenständige Lernen im Studiengang umsetzen. ● sind in der Lage, empirische Studien in kleinerem Umfang zu recherchieren und zu bewerten.	
Studieninhalte:	● Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten ● Anforderungen an wissenschaftliche Arbeiten ● Charakteristika wissenschaftlicher Arbeiten ● Aufbau wissenschaftlicher Arbeiten ● Formalkriterien in wissenschaftlichen Arbeiten ● Literaturrecherche und Literaturverwertung (Quellenangaben im Text, Zitation, Literaturverzeichnis) ● Plagiarismus	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining	
Grundlagenliteratur:	Balzert, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftli-</i>	

ches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation (2. Aufl.). Herdecke: W3L.

Bortz, J. & Schuster, C. (2010). *Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler* (7. Aufl.). Berlin: Springer.

Brink, A. (2013). *Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten* (5. Aufl.). Berlin: Springer.

Bünting, K.-D., Bitterlich, A. & Pospiech, U. (2006). *Schreiben im Studium – mit Erfolg. Ein Leitfaden*. Berlin: Cornelson Scriptor.

Deutsche Gesellschaft für Psychologie (2019). *Richtlinien zur Manuskriptgestaltung*. Göttingen: Hogrefe.

Döring, N. & Bortz, J. (2015). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Aufl.). Berlin: Springer.

Frank, N. & Stary, J. (2011). *Die Technik wissenschaftlichen Arbeitens: eine praktische Anleitung* (16. Aufl.). Paderborn: Schöningh.

Nünning, V. (2008). *Schlüsselkompetenzen: Qualifikation für Studium und Beruf*. Stuttgart: Metzler.

Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

Rost, F. (2012). *Lern- und Arbeitstechniken für das Studium* (7., überarb. u. akt. Aufl.). Opladen: Leske + Budrich.

3.3 Beratungs- und Servicemanagement (bsm)

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können die Besonderheiten von Dienstleistungen erläutern und ihre Konsequenzen auf die Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche begründen. ● können die Grundlagen der Kommunikation erläutern und die wesentlichen Bausteine der Kommunikation zielgerichtet und effizient im Umgang mit Interessenten und Kunden einsetzen. ● sind in der Lage aktive und passive Telefonate zu differenzieren und in der Praxis zielgerichtete Telefonate für den Service und Vertrieb durchzuführen, um so die Kundenzufriedenheit zu steigern und zum Unternehmenserfolg beizutragen. ● können Beratungen mit dem Ziel eines Verkaufsabschlusses, insbesondere in der Dienstleistungsbranche durchführen. ● können die wesentlichen Aspekte des Servicemanagements erklären und die verschiedenen Faktoren im Service analysieren, um die Serviceleistungen des Unternehmens zu optimieren. ● können das transtheoretische Modell mit seiner Bedeutung für Sport und Fitness erläutern und in der Praxis anwenden. ● sind in der Lage die Funktionen der Freizeit, die ein Unternehmen erfüllen kann, zu analysieren, um so die Angebotsgestaltung darauf auszurichten. ● sind in der Lage Beschwerdegründe im Unternehmen zu analysieren, um ein zielführendes Beschwerdemanagement umzusetzen. ● können die relevanten Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement erheben und analysieren.	
Studieninhalte:	● Entwicklung der Dienstleistungsbranche: Begriffsdefinition und -abgrenzung der Dienstleistung, Wandel der Wirtschaftssektoren in Deutschland, Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche ● Grundlagen der Kommunikation: Begriffsdefinition, Wissensbausteine der Kommunikation, Kommunikationsmodelle, Qualität von Kommunikation, Verbale, paraverbale und nonverbale Kommunikation, Kommunikation in der	

	Beratung ● Telefonate: passive und aktive Telefonate, kundenorientiertes Telefonieren ● Grundlagen der Beratung und des Verkaufs von Dienstleistungen: Verkauf einer Dienstleistung, Bedeutung der Beratung und des Verkaufs, Phasen des Verkaufs ● Servicemanagement: Bedeutung von Service und Servicemanagement, Servicekontaktpunkte, Service managen, Messung der Kundenzufriedenheit mit dem NPS, Entwicklung und Implementierung einer Servicestrategie ● Motive für Fitness: Grundzüge der Motivation, Ziele formulieren, Modell der Stadien der Veränderung, Motive für Fitness ● Zeit und Freizeit: Werte, Zeit, Funktionen der Freizeit ● Beschwerdemanagement: Bedeutung von Beschwerden, Verständnis von Beschwerden, Aufgaben des Beschwerdemanagements, direktes und indirektes Beschwerdemanagement, negatives Feedback im Internet ● Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement: Wesen von Kennzahlen, Bildung und Einsatz von relevanten Kennzahlen
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A., B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	Backwinkel, H. & Sturtz, P. (2018). <i>Telefonieren. Professionelle Gesprächstechniken</i> (Haufe TaschenGuide, Bd. 79, 5. Auflage 2018). München: Haufe Lexware; Haufe; (Bruhn) Birkenbihl, V. F. (2018). <i>Kommunikationstraining. Zwischenmenschliche Beziehungen erfolgreich gestalten</i> (38. Aufl.). München: MVG. Bruhn, M. (2020). <i>Qualitätsmanagement für Dienstleistungen. Handbuch für ein erfolgreiches Qualitätsmanagement. Grundlagen - Konzepte - Methoden</i> (12., aktualisierte und

- erw. Auflage 2020). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg
- Freitag, M. (2016). *Kommunikation im Projektmanagement. Aufgabenfelder und Funktionen der Projektkommunikation* (2. Aufl.). Wiesbaden: Springer.
- Grötzebach, C. (2010). *Beschwerdemanagement. Unzufriedene Kunden als Chance* (1. Aufl.). Berlin: Cornelsen.
- Haller, S. & Wissing, C. (2022). *Dienstleistungsmanagement. Grundlagen - Konzepte - Instrumente* (Springer eBook Collection, 9., überarbeitete und erweiterte Auflage). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Hofbauer, G. & Hellwig, C. (2016). *Professionelles Vertriebsmanagement. Der prozessorientierte Ansatz aus Anbieter- und Beschaffersicht*. Erlangen: Publicis.
- Meffert, H., Bruhn, M. & Hadwich, K. (2018). *Dienstleistungsmarketing. Grundlagen - Konzepte - Methoden* (9., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Limbeck, M. (2023). *DAS NEUE HARDESELLING. Verkaufen verkaufen - so kommen sie zum Abschluss*. [S.l.]: Springer Gabler.
- Röhner, J. & Schütz, A. (2020). *Psychologie der Kommunikation* (Lehrbuch, 3., aktualisierte und überarbeitete Auflage). Wiesbaden: Springer.
- Schüller, A. M. (2012). *Touchpoints. Auf Tuchfühlung mit dem Kunden von heute; Managementstrategien für unsere neue Businesswelt* (2. Aufl.). Offenbach: GABAL.
- Schulz von Thun, F. (2013). *Miteinander reden: 2. Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung. Differenzielle Psychologie der Kommunikation*. (33. Aufl.). Reinbek: Rowohlt.
- Stauss, B. & Seidel Wolfgang. (2022). *Beschwerdemanagement. Unzufriedene Kunden als profitable Zielgruppe* (Hanser eLibrary, 6., aktualisierte Auflage). München: Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG.

3.4 Medizinische Grundlagen (mg)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Martin Spring	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können Trainingsübungen im Sport hinsichtlich der beanspruchten arthromuskulären Strukturen auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie des aktiven und passiven Bewegungssystems analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Trainingsübungen für die Trainingsplanung auszuwählen. ● sind in der Lage, Belastungsformen im Sport hinsichtlich Beanspruchung des Herz-Kreislauf- und Atmungssystem auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie zu analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Belastungsformen für das Herz-Kreislauf-Training auszuwählen. ● können die neuromuskulären Wirkungsmechanismen beim Zustandekommen von willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungen sowie bei vegetativen Mechanismen durch ihr fachtheoretisches Wissen zum Nervensystem erläutern, um auf der Basis dieses Wissens geeignete Massnahmen zur Steuerung des motorischen Lernens ableiten zu können. ● können die physiologischen Wirkungsmechanismen des endokrinen Systems beschreiben, um auf der Basis dieses Wissen sportliche Belastungen hinsichtlich hormoneller Wirkungen sowie pathogene endokrine Mechanismen am Entstehen von Krankheiten zu beurteilen. ● können die Wirkungsmechanismen zur Auslösung trainingsinduzierter Adaptationen an den verschiedenen Organsystemen des Körpers erklären, um auf der Basis dieses Wissens zielorientiert geeignete Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. ● sind in der Lage, Belastungen im Sport hinsichtlich der Wege der Energiebereitstellung auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zum Energiestoffwechsel zu analysieren, um in der Trainingspraxis Belastungen zielorientiert zu steuern. ● können die Wirkungsmechanismen zur Temperaturregulation darstellen, um auf der Basis dieses Wissens den Einfluss körperlicher Aktivität auf die Temperaturregulation zu erklären. ● können die Merkmale der spezifischen Entwicklung erläutern.	

	tern, um auf der Basis dieses Wissens geschlechts- und altersspezifische Merkmale bei der Planung von Trainingsprogrammen zu berücksichtigen. ● können die Pathophysiologie relevanter internistischer und orthopädischer Erkrankungen erläutern, um auf der Basis dieses Wissens Risikoprofile zu erstellen und zielorientiert geeignete primär-, sekundär- und tertiärpräventive Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. ● können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Themengebiet entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	● Anatomische Nomenklatur ● Allgemeine Zellehre und Gewebelehre (Histologie) ● Anatomie und Physiologie des Bewegungssystems ● Funktionelle Anatomie der wichtigsten Muskel-Gelenk-Systeme ● Anatomie und Physiologie des Herz-Kreislauf-Systems ● Anatomie und Physiologie des Atmungssystems ● Anatomie und Physiologie des Nervensystems ● Bedeutung und Funktion von Hormonen und Enzymen ● Grundlagen des Energiestoffwechsels ● Temperaturregulation ● Merkmale der spezifischen Entwicklung ● Pathophysiologie ausgewählter internistischer Risikofaktoren/Erkrankungen
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	Brandl, A., Wilke, J., Egner, C., Schmidt, T., Schilder, A. & Schleip, R. (2024). Pain quality patterns in delayed onset muscle soreness of the lower back suggest sensitization of fascia rather than muscle afferents: a secondary analysis study. <i>Pflugers</i>

- Archiv : *European journal of physiology*, 476 (3), 395–405.
<https://doi.org/10.1007/s00424-023-02896-8>
- Graf, C. (Hrsg.) (2011). *Lehrbuch Sportmedizin. Basiswissen, präventive, therapeutische und besondere Aspekte* (2. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte Verlag.
- Haidar, A. & Horwich, T. (2023). Obesity, Cardiorespiratory Fitness, and Cardiovascular Disease. *Current Cardiology Reports*, 25 (11), 1565–1571. <https://doi.org/10.1007/s11886-023-01975-7>
- Hollmann, W. & Strüder, H. K. (Hrsg.) (2009). *Sportmedizin. Grundlagen für körperliche Aktivität, Training und Präventivmedizin* (5. Aufl.). Stuttgart: Schattauer.
- Kapandji, A. I. (Hrsg.) (2023). *Funktionelle Anatomie. Schematisierte und kommentierte Zeichnungen zur menschlichen Biomechanik* (7. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Mancia, G., Kreutz, R., Brunström, M., Burnier, M., Grassi, G., Januszewics, A. et al. (2023). 2023 ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension: Endorsed by the International Society of Hypertension (ISH) and the European Renal Association (ERA). *Journal of Hypertension*, 41 (12), 1874–2071. <https://doi.org/10.1097/hjh.0000000000003480>
- McEvoy, J. W., McCarthy, C. P., Bruno, R. M., Brouwers, S., Canavan, M. D., Ceconi, C. et al. (2024). 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension. *Eur Heart J*, 45 (38), 3912–4018. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehae178>
- Mende, N. (2023). *Praktische funktionelle Anatomie. Kompetenz im Gesundheitssport* (2. Aufl.). München: Riva.
- Raschka, C. & Wild-Bode, C. (Hrsg.) (2026). *Grundlagen der Sportmedizin. Physiologie, Biochemie und Anatomie für Medizin- und Sportstudium*. Berlin: Springer.
- Schiaffino, S., Reggiani, C., Akimoto, T. & Blaauw, B. (2021). Molecular mechanisms of skeletal muscle hypertrophy. *Journal of Neuromuscular Disease*, 8 (2), 169–183. <https://doi.org/10.3233/JND-200568>
- Schoenfeld, B. (2021). *Science and development of muscle hypertrophy* (Second edition). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Schünke, M., Schulte, E. & Schumacher, U. (Hrsg.) (2022). *Prometheus. Allgemeine Anatomie und Bewegungssystem. Lernatlas der Anatomie* (6. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Schwegler, J. & Lucius, R. (2021). *Der Mensch. Anatomie und Physiologie* (7. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Speckmann, E.-J. & Wittkowski, W. (2020). *Handbuch Anatomie. Bau und Funktion des menschlichen Körpers* (21. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Tarp, J., Støle, A. P., Blond, K. & Grøntved, A. (2019). Cardiorespiratory fitness, muscular strength and risk of type 2 diabetes: a

systematic review and meta-analysis. *Diabetologia*, 62 (7), 1129–1142. <https://doi.org/10.1007/s00125-019-4867-4>

Trebsdorf, M. (2022). *Funktionelle Anatomie des Bewegungssystems. Lehrbuch und Atlas* (2. Aufl.). Haan: Europa Lehrmittel.

Wonisch, M., Hofmann, P., Förster, H., Ledl-Kurkowski, E. & Pokan, R. (Hrsg.) (2025). *Kompendium der Sportmedizin. Physiologie, Innere Medizin und Pädiatrie* (3. Aufl.). Berlin: Springer.

3.5 Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Martin Spring	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können die übergeordneten Prinzipien der Trainingslehre in der Krafttrainingspraxis anwenden, um dadurch die Effektivität und die Effizienz der Trainingsmassnahmen zu optimieren. ● können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Krafttraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. In diesem Kontext können sie die digitale Transformation und die Bedeutung der KI für die Trainingssteuerung mit deren Vor- und Nachteilen sowie Risiken einordnen. ● sind in der Lage, geeignete sportmotorische Verfahren der Krafttestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Kraftleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. ● sind in der Lage, geeignete Krafttrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. ● können aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige periodisierte Trainingspläne für das Krafttraining erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. ● sind in der Lage, Krafttrainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Krafttrainingsplanung zu treffen. ● können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Krafttrainingsübungen zu ermöglichen. ● können Fehler bei der Ausführung von Krafttrainingsübungen korrigieren, um ihren Klienten ein sicheres und effektives Krafttraining zu ermöglichen. ● sind in der Lage, Krafttrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und	

	Leistungsvoraussetzungen zu planen, diese in der Praxis umzusetzen und die Trainingseffekte zu evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Trainingspraxis abzuleiten. ● können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen abzuleiten. ● können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Krafttrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	● Allgemeine Trainingslehre und Grundlagen des Gesundheitssports ● Trainingssteuerung im Fitness- und Gesundheitssport und Aufbau einer Trainingseinheit ● Erscheinungsformen und Einflussfaktoren der motorischen Fähigkeit Kraft ● Biomechanische Grundlagen des Krafttrainings ● Anpassungsprozesse durch Krafttraining ● Ausgewählte sportmotorische Verfahren der Krafttestung ● Trainingsplanung und Periodisierung im Krafttraining ● Trainingsdurchführung im Krafttraining ● Geschlechts- und altersspezifische Aspekte des Krafttrainings ● Präventives Krafttraining mit Risikogruppen
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	Baechle, T. R. & Earle, R. W. (Eds.) (2008). <i>Essentials of strength training and conditioning</i> (3. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Bastos, V., Machado, S. & Teixeira, D. S. (2024). Feasibility and usefulness of repetitions-in-reserve scales for selecting exercise intensity: A scoping review. *Perceptual and Motor Skills Research exchange*, 131 (3), 940–970. <https://doi.org/10.1177/00315125241241785>
- D'Onofrio, G., Kirschner, J., Prather, H., Goldman, D. & Rozanski, A. (2023). Musculoskeletal exercise: Its role in promoting health and longevity. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 77, 25–36. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2023.02.006>
- Grgic, J., Schoenfeld, B. J., Orazem, J. & Sabol, F. (2022). Effects of resistance training performed to repetition failure or non-failure on muscular strength and hypertrophy: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 11 (2), 202–211. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2021.01.007>
- Güllich, A. & Krüger, M. (Hrsg.) (2022), *Grundlagen von Sport und Sportwissenschaft. Handbuch Sport und Sportwissenschaft*. Berlin, Heidelberg: Springer Spektrum.
- Düking, P., Robertson, S., Holmberg, H.-C., Wolf, K.-H. & Sperlich, B. (2025). Classification system for Ai-enabled consumer-grade wearable technologies aiming to automatize decision-making about individualization of exercise procedures. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1500563>
- Eifler, C. (2017). *Intensitätssteuerung im fitnessorientierten Krafttraining – Eine empirische Studie*. Marburg: Tectum.
- Eifler, C. (2016). Short-term effects of different loading schemes in fitness-related resistance training. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30 (7), 1880–1889. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000001303>
- Gottlob, A. (2020). *Differenziertes Krafttraining mit Schwerpunkt Wirbelsäule* (5. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Haff, G. G. & Triplett, N. T. (2026): *Essentials of Strength Training and Conditioning*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Henkin, J. S., Pinto, R. S., Machado, C. L. F. & Wilhelm, E. N. (2023). Chronic effect of resistance training on blood pressure in older adults with prehypertension and hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Experimental gerontology*, 177, 112193. <https://doi.org/10.1016/j.exger.2023.112193>
- Hottenrott, K. & Seidel, I. (Hrsg.). (2025). *Handbuch Trainingswissenschaft – Trainingslehre. Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport* (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- Huang, Z., Chen, J., Chen, L., Zhang, M., Zhang, W., Sun, J. et al. (2024). The enhancement of explosive power contributes to the development of anaerobic capacity: A comparison of autoregulatory progressive resistance exercise and velocity-based resistance training. *Journal of exercise science*

and fitness, 22 (2), 159–167.
<https://doi.org/10.1016/j.jesf.2024.02.005>

Kelley, G. A., Kelley, K. S. & Stauffer, B. L. (2023). Effects of resistance training on body weight and body composition in older adults: An inter-individual response difference meta-analysis of randomized controlled trials. *Science progress*, 106 (2), 368504231179062.
<https://doi.org/10.1177/00368504231179062>

Kobayashi, Y., Long, J., Dan, S., Johannsen, N. M., Talamoa, R., Raghuram, S. et al. (2023). Strength training is more effective than aerobic exercise for improving glycaemic control and body composition in people with normal-weight type 2 diabetes: a randomised controlled trial. *Diabetologia*, 66 (10), 1897–1907. <https://doi.org/10.1007/s00125-023-05958-9>

Lacio, M., Vieira, J. G., Trybulski, R., Campos, Y., Santana, D., Filho, J. E. et al. (2021). Effects of resistance training performed with different loads in untrained and trained male adult individuals on maximal strength and muscle hypertrophy: A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 18 (21).
<https://doi.org/10.3390/ijerph182111237>

Marzuca-Nassr, G. N., Alegría-Molina, A., SanMartín-Calisto, Y., Artigas-Arias, M., Huard, N., Sapunar, J. et al. (2024). Muscle Mass and Strength Gains Following Resistance Exercise Training in Older Adults 65-75 Years and Older Adults Above 85 Years. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 34 (1), 11–19.
<https://doi.org/10.1123/ijsnem.2023-0087>

Mc Gill, S. (2007). *Low back disorders. Evidence-based prevention and rehabilitation* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Smart, N. A., Downes, D., van der Touw, T., Hada, S., Dieberg, G., Pearson, M. J. et al. (2025). The Effect of Exercise Training on Blood Lipids: A Systematic Review and Meta-analysis. *Sports Medicine*, 55 (1), 67–78.
<https://doi.org/10.1007/s40279-024-02115-z>

Schnabel, H., Harre, H.-D. & Krug, J. (Hrsg.) (2023). *Trainingslehre – Trainingswissenschaft* (4. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.

Schoenfeld, B. (2021). *Science and development of muscle hypertrophy* (2. Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Zhao, F., Su, W., Sun, Y., Wang, J., Lu, B. & Yun, H. (2025). Optimal resistance training parameters for improving bone mineral density in postmenopausal women: a systematic review and meta-analysis. *Journal of orthopaedic surgery and research*, 20 (1), 523. <https://doi.org/10.1186/s13018-025-05890-1>

3.6 Fitnessmarkt (fimt)

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage, über die wesentlichen Markt- und Branchendaten des Fitnessmarktes zu diskutieren. ● können die Strukturen des Fitnessmarktes erläutern und dabei die jeweils wichtigsten Institutionen benennen. ● sind in der Lage das Ecosystem der Fitnessbranche darzustellen und dessen Wettbewerbskräfte zu vergleichen. ● können aktuelle und bisherige Entwicklungen im Fitnessmarkt beschreiben und herausfinden, wie damit idealerweise umgegangen wird. ● können problemorientiert Denken und Lösungsstrategien ableiten. ● können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.	
Studieninhalte:	● Grundlagen über die Fitnessbranche: Entwicklung, Branchendaten, Bedeutung in der Gesellschaft ● Grundlagen über den Fitnessmarkt im deutschsprachigen Raum: Fitness-Studios, Verbände, Fitnessindustrie, Unternehmensberatungen, Ausbildungen, Zertifizierungen, Kongresse und Events, Medien der Fitnessbranche ● Grundlagen über das Fitness-Ecosystem: Erweiterte Fitnessbranche, Konzepte innerhalb von Fitness-Studios, Personal-Training, Home-Fitness, Digitalisierung, Branchenexperten ● Ausblick über Trends und die Fitnessbranche im Wandel	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan	
Voraussetzung für die	Bestehen der Prüfungsleistung	

Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining,
Grundlagenliteratur:	BSA-Zert (2020). <i>Zertifizierung für Fitnessstudios</i>. Online verfügbar unter https://www.bsa-zert.de/dienstleistungszertifizierung/zertifizierung-fuer-fitnessstudios/, zuletzt geprüft am 03.08.2020. Deloitte (2019): <i>European Health & Fitness Market</i>. Unter Mitarbeit von H. Rutgers und K. Hollasch. Hg. v. EuropeActive. fitness MANAGEMENT International (2020): <i>fitness MANAGEMENT International</i>. Online verfügbar unter http://www.fitnessmanagement.de, zuletzt geprüft am 03.08.2020. IHRSA (2019): <i>The 2019 IHRSA Global Report. The state of the health club industry</i>. Online verfügbar unter https://www.ihrsa.org/publications/the-2019-ihrsa-global-report, zuletzt geprüft am 03.08.2020. Swiss active & Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2023). <i>Eckdaten '23 der schweizer Fitnesswirtschaft</i>. Saarbrücken: DHfPG.

3.7 Betriebswirtschaftslehre I (bwl1) – BWL, Personal, Organisation

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage, die wesentlichen volks- und betriebswirtschaftlichen Grundlagen zu beschreiben sowie volkswirtschaftliche Rahmendbedingungen und entsprechende betriebliche Entscheidungen zu differenzieren und zu beurteilen. ● können praxisrelevante juristische Problemstellungen einschätzen sowie Handlungsentscheidungen treffen, um entsprechende Schritte einzuleiten bzw. jeweils einschlägige Stellen/Personen zu konsultieren. ● können die wesentlichen Fragestellungen im Rahmen der Unternehmensführung skizzieren sowie den betrieblichen Managementprozess anwenden. ● sind in der Lage, grundlegende unternehmerische Entscheidungen im Rahmen der Themenfelder «Unternehmensführung», «Organisation» sowie «Personalmanagement» zu treffen, zu überprüfen und zu beurteilen. ● können problemorientiert denken und Lösungsstrategien ableiten. ● können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.	
Studieninhalte:	● Grundlagen der Volkswirtschaftslehre: Grundlage des Wirtschaftens, Träger der Wirtschaft, Marktformen und Marktbeziehungen, volkswirtschaftliche Produktionsfaktoren, Preistheorie, gesamtwirtschaftliche Betrachtung, Wirtschaftspolitik ● Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre: Ansätze der Betriebswirtschaftslehre, betriebswirtschaftliche Produktionsfaktoren, güter- und finanzwirtschaftlicher Umsatzprozess, ● Grundlagen des Rechts: Rechtsanwendung und Rechtsdurchsetzung, Bürgerliches Recht AT ● Grundlagen der Unternehmensführung: Ebenen und Prozess der Unternehmensführung, Zielsetzung, Planung, Entscheidung, Durchführung, Kontrolle, Information, Koordination ● Grundlagen der Organisation: Aufbau-, Ablauf- und Projektorganisation	

	● Grundlagen des Personalmanagement: Ebenen und Felder im Personalmanagement, arbeitsrechtliche Grundlagen für das Personalmanagement, Personalmanagementfelder
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie,
Grundlagenliteratur:	Bea, F. & Haas, J. (2017). <i>Strategisches Management</i> (9. Aufl.). Stuttgart: UTB. Berthel, J. (2017). <i>Personal-Management. Grundzüge für Konzeptionen betrieblicher Personalarbeit</i> (11. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Jung, H. (2017). <i>Personalwirtschaft</i> (10. Aufl.). Berlin: De Gruyter. Mankiw, G. & Taylor M. P. (2016). <i>Grundzüge der Volkswirtschaftslehre</i> (6. Aufl.) Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Olfert, K. (2015). <i>Organisation</i>. (17. Aufl.). Ludwigshafen: Kiehl. Olfert, K. & Rahn, H.-J. (2013). <i>Einführung in die Betriebswirtschaftslehre</i> (11. Aufl.). Herne: Kiehl. Pindyck, R. & Rubinfeld, D. (2015). <i>Mikroökonomie</i> (8. Aufl.). München: Pearson. Scholz, C. (2013). <i>Personalmanagement. Informationsorientierte und verhaltenstheoretische Grundlagen</i> (6. Aufl.) München: Vahlen. Schweitzer, Marcell (2009): Grundfragen. In: Franz Xaver Bea und Marcell Schweitzer (Hg.): <i>Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i>. Bd. 1: Grundfragen. 10. Aufl. 3 Bände. Stuttgart: Lucius & Lucius (1). Wöhe, G. & Döring, U. (2020). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (27. Aufl.). München: Vahlen.

4 Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)	Prüfungsleistung
Fitnessmanagement	3.+ 4.	10	3	KL
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen		10	3	KL
Betriebswirtschaftslehre II – Buchführung und Jahresabschluss		10	3	KL
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt		60	18	

PP = Präsenzphase, PL = Prüfungsleistung

KL = Klausur, HA = Hausarbeit, PRO = Projektarbeit

4.1 Fitnessmanagement (fim)

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Ausbildung: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können das aktuelle Verständnis von Führung diskutieren. ● können verschiedene Führungsstile und -mittel diskutieren und entscheiden, welcher Führungsstil in verschiedenen Situationen angebracht ist. ● sind in der Lage, Mitarbeitern Feedback zu geben und Performance Dialoge zu führen. ● können gegenwärtige Teams hinsichtlich der Optimierung von Teamstrukturen analysieren. ● sind in der Lage, Service- und Dienstleistungsgedanken im Sinne der Kundenzufriedenheit und des Customer Relationship Managements zu erfassen und in konkrete Handlungsmaxime zu überführen. ● können eine Vertriebsorganisation zielfokussiert analysieren und optimieren. ● können eine Vertriebsstrategie in Bezug auf die Unternehmensziele formulieren und implementieren. ● sind in der Lage, ein Vertriebscontrolling zu planen, anzuwenden und basierend auf dem vorliegenden Zahlenmaterial geeignete Strategien abzuleiten. ● können branchenspezifische juristische Problemstellungen einschätzen sowie mit der Unterstützung einschlägiger Experten entsprechende Handlungsentscheidungen treffen. ● sind in der Lage, die Besonderheiten des Managements verschiedener Unternehmensbereiche einer Fitnessanlage zu differenzieren. ● können die spezifischen Anforderungen an das Facility Management einer Fitnessanlage bewerten und in unternehmerischen Entscheidungen berücksichtigen.	
Studieninhalte:	● Personalmanagement: Personalmanagementfelder, Grundlagen der Personalführung und Führung im Dienstleistungsbereich, Führungsstile, Führungstechniken, Führungsmittel ● Teammanagement: Merkmale eines Teams, Teamstruktur, Teamentwicklung, Teamführung, Konfliktmanagement ● Vertriebsmanagement: Vertriebspolitik, Vertriebsprozess,	

	Vertriebskonzepte und -wege, Vertriebsorganisation, Vertriebscontrolling ● Customer Relationship Management: Kundenorientierung, Produkt- und Dienstleistungsqualität, Kundenzufriedenheit, Kundenbindung, Kundenwert ● Bereichsmanagement: Management der Trainingsfläche, Kursmanagement ● Rechtliche Besonderheiten in der Fitnessbranche: Fitness-Studiovertrag (AGG, Widerspruch, Kündigung), Gutscheine, Haftung, Verletzung des Persönlichkeitsrechts, Datenschutz ● Facility Management von Fitnessanlagen: Gebäudemanagement, Flächenmanagement
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Bär-Sieber, M., Krumm, R. & Wiehle, H. (2015). <i>Unternehmen verstehen, gestalten, verändern: Das Graves-Value-System in der Praxis</i>. (3. Aufl.) Wiesbaden: Gabler. Berthel, J. & Becker F. G. (2022). <i>Personal-Management. Grundzüge für Konzeptionen betrieblicher Personalarbeit</i> (12. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Brox, H. & Henssler, M. (2020). <i>Handelsrecht</i> (23. Aufl.). München: Beck Bruhn, M. & Hadwich, K. (2017). <i>Produkt- und Servicemanagement</i> (2. Aufl.). München: Vahlen. DSSV Arbeitgeberverband Deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen. (2022). <i>Eckdaten der deutschen Fitness-Wirtschaft 2022</i>. Hamburg: DSSV. Haeske, U. (2010). <i>Kommunikation mit Kunden</i> (3. Aufl.). Berlin: Cornelsen. Hofbauer, G. & Purle, E. (2022). <i>Professionelles Vertriebsmanagement. Der prozessorientierte Ansatz aus Anbieter- und Beschaffersicht</i>. (5. Aufl.). Erlangen: Publicis.

- Jung, H. (2017). *Personalwirtschaft* (10. Aufl.). Berlin: De Gruyter.
- Klunzinger, E. (2019). *Einführung in das Bürgerliche Recht* (17. Aufl.). München: Vahlen.
- Krimmling, J. (2017). *Facility Management: Strukturen und methodische Instrumente* (5. Aufl.). Stuttgart: Fraunhofer IRB.
- Malik, F. (2019). *Führen Leisten Leben. Wirksames Management für eine neue Welt* (durchgesehene und erweiterte Neuausgabe). Frankfurt und New York: Campus.
- Middelkamp, J., Wolfhagen, P. & Steenbergen, J. (2013). *Kundenbindung in Fitnessclubs*. Nijmegen: BlackBoxPublishers.
- Middelkamp, J. & Ruttgers, H. (2017). *Customer Engagement and Experience in the Fitness Sector*. Den Bosch: BlackBoxPublishers.
- Scholz, C. (2014). *Generation Z. Wie sie tickt, was sie verändert und wie sie uns alle ansteckt*. Weinheim: Wiley-VCH.
- Scholz, C. & Scholz, T. M. (2019). *Grundzüge des Personalmanagements* (3., komplett überarbeitete Auflage). München: Vahlen.
- Sprenger, R. (2014). *Mythos Motivation* (20. Aufl.). Frankfurt/Main: Campus.
- Stauss, B. & Seidel, W. (2014). *Beschwerdemanagement*. (5. Aufl.) München: Hanser.
- Stotz, W. (2007). *Employee Relationship Management*. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag.

4.2 Trainingslehre II (t2) –Ausdauertraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Martin Spring	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Ausdauertraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. ● können geeignete Verfahren der Ausdauerleistung auswählen, diese in der Praxis umsetzen und die Testergebnisse interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Ausdauerleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. ● können mit ihren Klienten realistische und quantifizierbare Trainingsziele definieren, um eine Motivationsgrundlage für das Training zu schaffen. ● sind in der Lage, geeignete Ausdauertrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. ● können die verschiedenen Trainingsbereiche des Ausdauertrainings berücksichtigen, um ihre Kunden entsprechend ihres Leistungs- und Gesundheitslevels zu belasten. ● kennen die Vor- und Nachteile von Fitness-Trackern zur Belastungssteuerung. ● sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das Ausdauertraining zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. ● können Bewegungsformen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Ausdauertrainingsplanung zu treffen. ● können Bewegungsinstruktionen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Bewegungsformen zu ermöglichen. ● können Ausdauertrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen planen, diese in der Praxis umsetzen.	

	zen und die Trainingseffekte evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Ausdauertrainingspraxis abzuleiten. ● können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings abzuleiten. ● können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	● Die motorischen Fähigkeiten Ausdauer (Arten, Einflussfaktoren), Anpassungsprozesse durch Ausdauertraining ● Trainingssteuerung im Ausdauertraining ● Leistungsdiagnostik – ausgewählte Ausdauertests ● Belastungsformen im Ausdauertraining ● Trainingsplanung und Belastungssteuerung im Ausdauertraining ● Zielgruppenspezifische Ausdauertrainingsprogramme ● Ausdauertraining mit Risikogruppen ● Angebotsmöglichkeiten des Ausdauertrainings in Fitness-, Freizeit- und Gesundheitseinrichtungen
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	American College of Sports Medicine. (2025). <i>ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription</i> (12. Aufl.). Alphen aan den Rijn; NL: Wolters Kluwer. Arun Vijay, S., Sivakumar, C., Vinosh Kumar, P., Muralidharan, C. K., Vasanthi Rajkumar, K., Kannan, K. R. et al. (2024). Lactate threshold training to improve longdistance running

- p>performance: A narrative review.
- Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*
- , 13 (1), 19–29.
- <https://doi.org/10.26773/mjssm.240303>
- Bellicha, A., van Baak, M. A., Battista, F., Beaulieu, K., Blundell, J. E., Busetto, L. et al. (2021). Effect of exercise training on weight loss, body composition changes, and weight maintenance in adults with overweight or obesity: An overview of 12 systematic reviews and 149 studies. *Obesity Reviews*, 22 Suppl 4 (Suppl 4), e13256. <https://doi.org/10.1111/obr.13256>
- Besson, T., Macchi, R., Rossi, J., Morio, C. Y. M., Kunimasa, Y., Nicol, C. et al. (2022). Sex Differences in Endurance Running. *Sports Medicine*, 52 (6), 1235–1257. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01651-w>
- Carrier, B., Helm, M. M., Cruz, K., Barrios, B. & Navalta, J. W. (2023). Validation of Aerobic Capacity (VO2max) and Lactate Threshold in Wearable Technology for Athletic Populations. *Technologies*, 11 (3), 71. <https://doi.org/10.3390/technologies11030071>
- Filipas, L., Bonato, M., Gallo, G. & Codella, R. (2022). Effects of 16 weeks of pyramidal and polarized training intensity distributions in well-trained endurance runners. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 32 (3), 498–511. <https://doi.org/10.1111/sms.14101>
- Foster, C., Casado, A., Esteve-Lanao, J., Haugen, T. & Seiler, S. (2022). Polarized Training Is Optimal for Endurance Athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 54 (6), 1028–1031. <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002871>
- Heckel, A. (2021). *High Intensity Interval Training: Effekte, Durchführbarkeit und motivationale Aspekte von Ausdauertraining in verschiedenen Settings*. Berlin: Logos.
- Jamnick, N. A., Pettitt, R. W., Granata, C., Pyne, D. B. & Bishop, D. J. (2020). An Examination and Critique of Current Methods to Determine Exercise Intensity. *Sports Medicine*, 50 (10), 1729–1756. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01322-8>
- Kokkinos, P., Faselis, C., Samuel, I. B. H., Pittaras, A., Doumas, M., Murphy, R. et al. (2022). Cardiorespiratory Fitness and Mortality Risk Across the Spectra of Age, Race, and Sex. *Journal of the American College of Cardiology*, 80 (6), 598–609. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2022.05.031>
- Lang, J. J., Prince, S. A., Merucci, K., Cadenas-Sanchez, C., Chaput, J.-P., Fraser, B. J. et al. (2024). Cardiorespiratory fitness is a strong and consistent predictor of morbidity and mortality among adults: an overview of meta-analyses representing over 20.9 million observations from 199 unique cohort studies. *British Journal of Sports Medicine*, 58 (10), 556–566. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-107849>

- Lehtonen, E., Gagnon, D., Eklund, D., Kaseva, K. & Peltonen, J. E. (2022). Hierarchical framework to improve individualised exercise prescription in adults: a critical review. *BMJ Open Sport — Exercise Medicine*, 8 (2), e001339. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2022-001339>
- Letnes, J. M., Dalen, H., Aspenes, S. T., Salvesen, Ø., Wisløff, U. & Nes, B. M. (2020). Age-related change in peak oxygen uptake and change of cardiovascular risk factors. The HUNT Study. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 63 (6), 730–737. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.09.002>
- Meixner, B., Filipas, L., Holmberg, H.-C. & Sperlich, B. (2025). Zone 2 Intensity: A Critical Comparison of Individual Variability in Different Submaximal Exercise Intensity Boundaries. *Translational sports medicine*, 2025, 2008291. <https://doi.org/10.1155/tsm2/2008291>
- Memme, J. M., Erlich, A. T., Phukan, G. & Hood, D. A. (2021). Exercise and mitochondrial health. *The Journal of physiology*, 599 (3), 803–817. <https://doi.org/10.1113/JP278853>
- Meyler, S., Bottoms, L., Wellsted, D. & Muniz-Pumares, D. (2023). Variability in exercise tolerance and physiological responses to exercise prescribed relative to physiological thresholds and to maximum oxygen uptake. *Experimental Physiology*, 108 (4), 581–594. <https://doi.org/10.1113/EP090878>
- Reuter, B. (2024): *Developing Endurance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Reuter, M., Rosenberger, F., Barz, A., Venhorst, A., Blanz, L., Hecksteden, A. et al. (2023). Does Higher Intensity Increase the Rate of Responders to Endurance Training When Total Energy Expenditure Remains Constant? A Randomized Controlled Trial. *Sports Medicine - Open*, 9 (1), 35. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00579-3>
- Reuter, M., Rosenberger, F., Barz, A., Venhorst, A., Blanz, L., Roecker, K. et al. (2024). Effects on cardiorespiratory fitness of moderate-intensity training vs. energy-matched training with increasing intensity. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1298877>
- Rosenblat, M. A., Watt, J. A., Arnold, J. I., Treff, G., Sandbakk, Ø. B., Esteve-Lanao, J. et al. (2025). Which Training Intensity Distribution Intervention will Produce the Greatest Improvements in Maximal Oxygen Uptake and Time-Trial Performance in Endurance Athletes? A Systematic Review and Network Meta-analysis of Individual Participant Data. *Sports Medicine*, 55 (3), 655–673. <https://doi.org/10.1007/s40279-024-02149-3>
- Schumann, M. & Rønnestad, B. R. (Hrsg.) (2023). *Kombiniertes Ausdauer- und Krafttraining. Wissenschaftliche Grundlagen und Ableitungen für die Trainingspraxis*. Cham, CH: Springer Spektrum.

4.3 Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Martin Spring	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können grundlegende Kenntnisse zum Verdauungssystem und zu Energiebereitstellungsprozessen erklären. ● können Grundlagen zum Kohlenhydrat-, Lipid- und Proteinstoffwechsel sowie zu Mikronährstoffen beschreiben. ● sind in der Lage, allgemeine und sportartspezifische Ernährung, Ernährungs- und Kostgestaltung in der Gewichtsreduktion sowie verschiedene Ernährungsformen anzuwenden. ● können die Zweckmässigkeit ausgewählter Nahrungsergänzungen erkennen. ● können präventive Ernährungsempfehlungen bei verschiedenen Stoffwechselerkrankungen erläutern. ● sind in der Lage, anthropometrische Daten zu beurteilen und den theoretischen individuellen Energiebedarf unterschiedlicher Personen zu berechnen. ● können den individuellen Flüssigkeitsbedarf verschiedener Personen bestimmen. ● sind in der Lage, die Vor- und Nachteile verschiedener Ernährungsformen abzuleiten. ● können Ernährungsprotokolle analysieren und Ernährungsfehler aufdecken. ● sind in der Lage, sinnvolle und evidenzbasierte Ernährungsstrategien bei unterschiedlichen Zielsetzungen zu erklären. ● können problemorientiert Denken sowie Lösungsstrategien entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). ● sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. ● können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen.	
Studieninhalte:	● Ernährungsphysiologische Grundlagen ● Makronährstoffe und Mikronährstoffe ● Wasser und Wasserhaushalt ● Bestimmung und Bewertung der Körperzusammensetzung ● Ernährungsstrategien zur Gewichtsreduktion ● Übergewicht, Adipositas und Folgeerkrankungen sowie präventive Ernährungsempfehlungen	

	● Grundlagen der Sporternährung ● Übersicht über verschiedene Ernährungsformen ● wichtige Nahrungsergänzungen im Sport ● aktuelle Ernährungstrends
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining
Grundlagenliteratur:	Allison, D. B. & Baskin, M. L. (Hrsg.). (2009). <i>Handbook of assessment methods for eating behaviors and weight-related problems. Measures, theory, and research</i> (2nd ed). Los Angeles: Sage Publications. Daniel, H. & Wenzel, U. (2014). Energiebilanz und Ernährungszustand. In P. C. Heinrich, M. Müller & L. Graeve (Hrsg.), <i>Biochemie und Pathobiochemie</i> (9. Aufl., S. 687–695). Heidelberg: Springer. Deutsche Adipositas Gesellschaft e.V. (2014). <i>Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“</i>. (2.Aufl.). Zugriff am 22.10.2014. Verfügbar unter http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014.pdf Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE) & Schweizerische Vereinigung für Ernährung (SVE). (2016). <i>Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr</i> (2.Aufl., 2. aktualisierte Ausgabe). Neustadt an der Weinstrasse: Neuer Umschau Buchverlag. Dinu, M., Pagliai, G., Casini, A. & Sofi, F. (2018). Mediterranean diet and multiple health outcomes: an umbrella review of meta-analyses of observational studies and randomised trials. <i>European journal of clinical nutrition</i>, 72 (1), 30–43. Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). <i>Ernährung des Menschen</i> (5. Aufl.). Stuttgart: Eugen Ulmer. Fernández-Alvira, J. M., Börnhorst, C., Bammann, K., Gwozdz,

- W., Krogh, V., Hebestreit, A. et al. (2015). Prospective associations between socio-economic status and dietary patterns in European children: the Identification and Prevention of Dietary- and Lifestyle-induced Health Effects in Children and Infants (IDEFICS) Study. *The British Journal of Nutrition*, 113 (3), 517–525.
- Hall, K. D., Ayuketah, A., Brychta, R., Cai, H., Cassimatis, T., Chen, K. Y. et al. (2019). Ultra-Processed Diets cause Excess Calorie Intake and Weight gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad libitum Food Intake. *Cell Metabolism*, 30, 1–11.
- Mulders, R. J., Git, K. C., Schéle, E., Dickson, S. L., Sanz, Y. & Adan, R. A. (2018). Microbiota in obesity: interactions with endocrine, immune and central nervous systems. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 19 (4), 435–451.
- Murray, K., Placidi, E., Schuring, E. A., Hoad, C. L., Koppenol, W., Arnaudov, L. N. et al. (2015). Aerated drinks increase gastric volume and reduce appetite as assessed by MRI: a randomized, balanced, crossover trial. *The American journal of clinical nutrition*, 101 (2), 270–278.
- Willett, W. (2013). *Nutritional epidemiology* (3rd ed). Oxford: Oxford University Press.

4.4 Betriebswirtschaftslehre II (bwl2) – Buchführung und Jahresabschluss

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage, praxisrelevante juristische Problemstellungen in den Rechtsgebieten von Handels-, Schuld- und Sachenrecht sowie des Verbraucherschutzes einzuschätzen, um Entscheidungen zum Ergreifen entsprechender Schritte bzw. zur Konsultation der jeweils einschlägigen Stellen/Personen abzuleiten. ● können Sie die Systematik der Buchführung sowie die Aufstellung eines Jahresabschlusses nach OR erläutern und sind in der Lage, eine ordnungsgemäße Durchführung der Buchführung bzw. Aufstellung des Jahresabschlusses zu überprüfen. ● können steuerliche Sachverhalte einschätzen und ihr Fachwissen nutzen, um einschlägige Steuern zu berechnen. ● sind in der Lage, sich mit einschlägigen Fachvertretern bspw. Steuerberater zu Themen der Buchführung, Jahresabschluss und Steuern auf Augenhöhe auszutauschen und sinnvolle Entscheidungen zu treffen. ● können problemorientiert Denken und Lösungsstrategien ableiten. ● können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.	
Studieninhalte:	● Grundlagen des Obligationenrechts: Allgemeines Schuldrecht, Vertragsarten, Sachenrecht, Verbraucherschutz ● Grundlagen des Handelsrechts: Unternehmensformen, Firma, Handelsregister ● Grundlagen des Rechnungswesens sowie dessen Teilgebiete ● Externes Rechnungswesen: rechtliche Grundlagen der Buchführung und des Jahresabschlusses, Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung und Rechnungslegung, Inventur und Inventar, Grundlagen zur Erstellung der Jahresrechnung und zur Durchführung der Buchführung, internationale Rechnungslegung ● Steuerliche Grundlagen: subjektive Steuerpflicht, verschiedene Steuerarten	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	

Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	● Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Amarelle, C. (2017). Schweizer Recht. Grundsätze - Rechtsbereiche - Verfahren (1. Auflage). Zürich: Lehrmittelverlag Zürich. Amstutz, S. & Bitterlin, O. (2024). Schwerpunkt Recht 1. Für Lehrpersonen Band 1 (1. Auflage). Bieg, H. & Kussmaul, H. (2012). <i>Externes Rechnungswesen</i> (6. Aufl.). München: Oldenbourg. Coenenberg, A. G., Haller, A., Mattner, G. & Schultze, W. (2016). <i>Einführung in das Rechnungswesen</i> (6. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Domschke, W. & Scholl, A. (2008). <i>Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre. Eine Einführung aus entscheidungsorientierter Sicht</i>. (4. Aufl.). Berlin: Springer. Eidgenössische Steuerverwaltung. (2023). Das schweizerische Steuersystem (Schweizerische Steuerkonferenz, Hrsg.). Klunzinger, E. (2011). <i>Grundzüge des Handelsrechts</i> (14. Aufl.). München: Vahlen. Kussmaul, H. (2013). <i>Betriebswirtschaftliche Steuerlehre</i> (7. Aufl.). München: Oldenbourg. Maag, L. & Matter, U. (2023). Rechnungswesen 1. Eintauchen in die Welt des Rechnungswesens (5. Auflage). Für Lernende. Schaffhausen: KLV Westermann. Schweizer Steuerkonferenz (Hrsg.). (Januar 2021). Subjektive Steuerpflicht. Bern. Wöhe, G. & Döring, U. (2016). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (26. Aufl.). München: Vahlen. Wöhe, G. & Döring, U. (2020). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (27. Aufl.). München: Vahlen.

4.5 Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage, den Prozess der Planung, Koordination, Durchführung und Kontrolle der Marketingaktivitäten zu beschreiben. ● können ausgewählte Erklärungsansätze des Käuferverhaltens darstellen und die Entstehung einer Nachfrage beschreiben sowie Ansatzpunkte für gezielte Marketingmassnahmen daraus ableiten. ● sind in der Lage, verschiedene Marketingstrategien zu differenzieren und deren Anwendungsmöglichkeiten zu beurteilen. ● sind in der Lage, im Rahmen des zielgruppenorientierten Marketings Marktsegmentierungen durchzuführen und unterschiedliche Zielgruppen, den Zielmarkt sowie die Positionierung eines Unternehmens am Markt zu bestimmen. ● können zwischen unterschiedlichen Arten von Kooperationen differenzieren und Schlussfolgerungen ziehen, welche der Möglichkeiten am besten zu den Unternehmenszielen passen. ● sind in der Lage, Pläne für den optimalen Marketing-Mix und für die Gestaltung ausgewählter Kommunikationsmassnahmen zu entwickeln, indem sie die verschiedenen marketingpolitischen Instrumente situationsspezifisch anwenden. ● können ausgewählte Methoden der Preisfindung anwenden. ● können die Teilbereiche und Wirkungen der Corporate Identity erklären und die Corporate Identity bei der Konzeption und Umsetzung der Werbemittelgestaltung berücksichtigen. ● können die verschiedenen Instrumente der Kommunikationspolitik zielgruppen- sowie situationsadäquat einsetzen, um neue Kunden zu aktivieren. ● sind in der Lage, verschiedene Instrumente des Online- und Social Media Marketings zu differenzieren, anhand ausgewählter Kriterien auf ihre unternehmensindividuelle Eignung zu beurteilen. ● können die Kerninhalte der Markenführung beschreiben und unter Abwägung der jeweiligen Vor- und Nachteile eine	

	geeignete Markenstrategie auswählen. ● können lösungsorientiert denken und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.
Studieninhalte:	● Einführung in das Marketing: Begriffsdefinition, Marketing als Unternehmens- und als Führungsfunktion, Ziele und Aufgaben, Grundlagen des Dienstleistungsmarketings, Marketingprozess, Erklärungsansätze des Käuferverhaltens ● Marketingstrategien: Marktsegmentierungsstrategien, Wettbewerbsstrategien, Leistungs-/Marktstrategien, Positionierung und USP ● Kooperationen, Allianzen und Netzwerke: Bedeutung von Kooperationen, Grundlagen von Kooperationen, Kooperationsformen, Kooperation in der Dienstleistung ● Marketingpolitische Instrumente: Klassische marketingpolitische Instrumente (4P-Modell), marketingpolitische Instrumente im Dienstleistungsmarketing (7P-Modell), Marketing-Mix ● Corporate Identity: Grundlagen der CI, Teilbereiche der CI, Wirkungen der CI ● Instrumente der Kommunikationspolitik: Werbung, Direktmarketing, Verkaufsförderung, persönlicher Verkauf, Öffentlichkeitsarbeit, Sponsoring, Eventmarketing, Product Placement, digitale Kommunikation ● Grundlagen der Werbemittelgestaltung: Copy-Strategie und Briefing, Elemente der Werbemittelgestaltung, Wiederholung der Werbebotschaft, Einhaltung sozialer und gesetzlicher Standards ● Marken: Definitionen und Ausprägungen, Markenführung, Markenmanagement, Erscheinungsformen der Marke, Abgrenzung der Brand Identity von der Corporate Identity, integrierte Kommunikation
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining

Grundlagenliteratur:

- Bruhn, M. (2022). *Marketing. Grundlagen für Studium und Praxis* (15., aktualisierte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Esch, F.-R. (2019). Aufbau starker Marken durch integrierte Kommunikation. In F. R. Esch (Hrsg.), *Handbuch Markenführung* (S. 910–938). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Kreutzer, R. (2022). *Praxisorientiertes Marketing. Grundlagen – Instrumente – Fallbeispiele*. (6. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Kroeber-Riel, W. & Gröppel-Klein, A. (2019). *Konsumentenverhalten*. (11., vollständig überarbeitete, aktualisierte und ergänzte Aufl.). München: Vahlen.
- Meffert, H., Burmann, C., Kirchgeorg, M. & Eisenbeiss, M. (2019). *Marketing. Grundlagen marktorientierter Unternehmensführung* (13., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Konzepte - Instrumente - Praxisbeispiele. Wiesbaden: Springer Gabler.
- Pepels, W. (2016). *Handbuch des Marketing* (7., überarbeitete und erw. Aufl.). München: Oldenbourg.
- Riedel, A. & Michelis, D. (2023). *Die vernetzten Konsument*innen. Grundlagen des Marketing im Zeitalter partizipativer Unternehmensführung*. (2., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.
- Sander, M. (2019). *Marketing-Management. Märkte, Marktforschung und Marktbearbeitung*. (3. Überarbeitete und erweiterte Aufl.). München (UVK).

4.6 Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Kurt Grünwald	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können empirische Studien in einem kleineren Umfang eigenständig durchführen und auswerten. ● können Forschungsprojekte erstellen. ● können Untersuchungspläne erstellen. ● sind in der Lage, Erhebungsinstrumente zu entwickeln und einzusetzen, ● sind in der Lage, statistische Verfahren anzuwenden und deren Ergebnisse zu interpretieren.	
Studieninhalte:	● Erstellung von Untersuchungsplänen und Umgang mit Erhebungsinstrumenten ● Grundlagen der Statistik, ausgewählte statistische Prüfverfahren ● Aufbereitung und Analyse sowie Interpretation von Daten	
Studienform.	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Projektarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 2 Wochen	
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining	
Grundlagenliteratur:	Beller, S. (2026). <i>Empirisch forschen lernen – Konzepte, Methoden, Fallbeispiele, Tipps</i> (3. Aufl.). Bern: Huber. Bortz, J. & Schuster C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer. Döring, N. & Bortz, J. (2015). <i>Forschungsmethoden und Evalua-</i>	

tion in den Sozial- und Humanwissenschaften (5. Aufl.). Berlin: Springer.

Rasch, B., Frieze, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

Rasch, B., Frieze, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

Sarris, V. & Reiss, S. (2005). *Kurzer Leitfaden der Experimentalpsychologie*. München: Pearson Studium - IT.

Schnell, R., Hill, P. B., & Esser, E. (2013). *Methoden der empirischen Sozialforschung* (10. Aufl.). München: Oldenbourg.

Sedlmeier, P., Renkewitz, S. (2013). *Forschungsmethoden und Statistik in der Psychologie* (2. Aufl.). München: Pearson Studium - IT.

5 Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)	Prüfungsleistung
Betriebswirtschaftslehre III – Bilanzanalyse und Controlling	5.+ 6.	10	3	KL
Marketing II – Fitnessmarketing		10	3	KL
Trainingslehre III – Beweglichkeits- und Koordinationstraining		10	3	HA
Betriebswirtschaftslehre IV – Investition, Finanzierung, Qualitätsmanagement		10	3	KL
Vorbereitungsseminar Bachelor-Thesis		–	2	–
Bachelor-Thesis		12	–	TH
Interdisziplinär		8	3	PRO
insgesamt		60	17	

PP = Präsenzphase, PL = Prüfungsleistung

HA = Hausarbeit, KL = Klausur, TH = Thesis, PRO = Projektarbeit

5.1 Betriebswirtschaftslehre III (bwl3) – Bilanzanalyse und Controlling

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können die Grundzüge des internen Rechnungswesens beschreiben. ● können die Grundzüge der Themen Controlling, Analyse des Jahresabschlusses sowie Kosten- und Erlösrechnung darstellen. ● sind in der Lage, verschiedene Controllinginstrumente zur grundlegenden Steuerung eines Unternehmens anzuwenden, um sinnvolle Entscheidungen zu treffen. ● können Jahresabschlüsse analysieren, indem die dafür notwendigen Teilanalysen durchgeführt werden, um die wirtschaftliche Lage eines Unternehmens anhand des Jahresabschlusses beurteilen zu können und um wirtschaftlich sinnvolle Entscheidungen zu treffen. ● können verschiedene Instrumente der Kosten- und Erlösrechnung anwenden sowie die dadurch gewonnenen Informationen analysieren, um entsprechende betriebliche Entscheidungen abzuleiten. ● können problemorientiert denken und Lösungsstrategien ableiten. ● können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.	
Studieninhalte:	● Grundlagen des Rechnungswesens insbesondere zum internen Rechnungswesen ● Grundlagen des Controllings: Ablauf und Inhalte des Controllings, Datenquellen für Controlling, Kennzahlen, Controllinginstrumente, Kennzahlensysteme, Controllingsysteme ● Analyse des Jahresabschlusses: Aufgaben/Ziele sowie Arten der Jahresabschlussanalyse, Aufbau und Ablauf der Jahresabschlussanalyse, Teilanalysen ● Kosten- und Erlösrechnung: Ziele/Arten und Aufbau der Kosten- und Erlösrechnung, Systeme der Kostenrechnung, Aufbau der Kostenrechnung	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im	

	Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Coenenberg, A. G., Fischer, T. M. & Günther, T. (2012). <i>Kostenrechnung und Kostenanalyse</i> (8. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Coenenberg, A. G., Haller, A., Mattner, G. & Schultze, W. (2021). Einführung in das Rechnungswesen. Grundlagen der Buchführung und Bilanzierung (8th ed.). Freiburg: Schäffer-Poeschel Verlag für Wirtschaft Steuern Recht GmbH. Domschke, W. & Scholl, A. (2008). <i>Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre. Eine Einführung aus entscheidungsorientierter Sicht</i> (4. Aufl.). Berlin: Springer. Eschenbach, R., Eschenbach, S. & Kunesch, H. (2008). <i>Strategische Konzepte</i> (5. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Friedl, B. (2010). <i>Kostenrechnung. Grundlagen, Teilrechnungen und Systeme der Kostenrechnung</i> (2. Aufl.). München: Oldenbourg. Götze, U. (2010). <i>Kostenrechnung und Kostenmanagement</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer. Gräfer, H. (2012). <i>Bilanzanalyse</i> (12. Aufl.). Herne: Verlag neue Wirtschaftsbriefe. Horvath, P. (2012). <i>Controlling</i> (12. Aufl.). München: Vahlen. Küting, K. & Weber, C.-P. (2012). <i>Die Bilanzanalyse. Beurteilung von Abschlüssen nach HGB und IFRS</i> (10. Aufl.). Stuttgart: Schäffer-Poeschel. Reichmann, T. (2011). <i>Controlling mit Kennzahlen</i> (8. Aufl.). München: Vahlen. Schweitzer, M. & Küpper, H. (2011). <i>Systeme der Kosten- und Erlösrechnung</i> (10. Aufl.). München: Vahlen. Wehrheim, M. & Schmitz, T. (2009). <i>Jahresabschlussanalyse. Instrumente, Bilanzpolitik, Kennzahlen</i> (3. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer. Wöhe, G. & Döring, U. (2020). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (27. Aufl.). München: Vahlen. Ziegenbein, K. (2012). <i>Controlling</i> (10. Aufl.). Leipzig: Kiehl.

5.2 Marketing II (ma2) – Fitnessmarketing

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage, die strategische Ausgangslage innerhalb ihrer Branche und der Wettbewerbslandschaft ihres Unternehmens zu beurteilen. ● können Portfolio-Analysen durchführen. ● können aufbauend auf einer SWOT-Analyse eine SWOT-Matrix erstellen und mögliche Strategien ableiten sowie Aktionspläne entwickeln. ● sind in der Lage, Standortanalysen durchzuführen, indem sie Einzugsgebiete festlegen, relevante Einflussfaktoren untersuchen und die Erfolgsaussichten beurteilen. ● können mittels verschiedener Methoden das zur Verfügung stehende Marketingbudget für eine Planungsperiode bestimmen und eine saisonale Verteilung dieses Budgets vornehmen. ● sind in der Lage, einen Jahresmarketingplan zu erstellen. ● können, aufbauend auf dem Jahresmarketingplan, eine Aktions- und Massnahmenplanung erstellen und deren Umsetzung projektbezogen begleiten, ● sind in der Lage, ein Marketingcontrolling aufzubauen.	
Studieninhalte:	● Strategische Analyse der Marketingsituation: PEST-Analyse, Branchenstrukturanalyse, Erfahrungskurvenanalyse, Produktlebenszyklusanalyse, Portfolio-Analyse, SWOT-Analyse ● Markt- und Standortanalyse für Fitnessanbieter: Überblick und Funktion des Marktes, Vorgehensweise der Markt- und Standortanalyse, Mögliche Datenquellen für die Markt- und Standortanalyse ● Marketingplanung: Grundlagen der Marketingplanung, operative Marketingplanung, Jahresmarketingplan ● Marketingcontrolling: Begriff und Ziele des Marketingcontrollings, Aufgaben und Funktionen des Marketingcontrollings, Systematik des Marketingcontrollings, Instrumente des Marketingcontrollings, Grenzen des Marketingcontrollings	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im	

	Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Becker, J. (2019). <i>Marketing-Konzeption. Grundlagen des zielstrategischen und operativen Marketing-Managements</i> (11. Aufl.). München: Vahlen. Bruhn, M. (2019). <i>Marketing. Grundlagen für Studium und Praxis</i> (14., überarbeitete Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Haller, S. & Wissing, C. (2022). <i>Dienstleistungsmanagement. Grundlagen – Konzepte – Instrumente</i> (9., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Homburg, C. (2020). <i>Marketingmanagement. Strategie – Instrumente – Umsetzung – Unternehmensführung</i> (7., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Kotler, P., Keller, K. L., & Opresnik, M. O. (2017). <i>Marketingmanagement – Konzepte – Instrumente – Unternehmensfallstudien</i> (15. Aufl.). München: Pearson. Kreutzer, R. (2022). <i>Praxisorientiertes Marketing. Grundlagen – Instrumente – Fallbeispiele</i> (6. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Meffert, H., Burmann, C., Kirchgeorg, M. & Eisenbeiss, M. (2019). <i>Marketing. Grundlagen marktorientierter Unternehmensführung</i> (13., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Olbrich, R. (2022). <i>Marketing. Eine Einführung in die marktorientierte Unternehmensführung</i> (3., vollständig überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Tomczak, T., Reinecke, S. & Gollnhofer, J. (2023). <i>Marketingplanung. Einführung in die marktorientierte Unternehmens- und Geschäftsfeldplanung</i> (8., überarbeitete Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler. Walsh, G., Deseniss, A. & Kilian, T. (2020). <i>Marketing. Eine Einführung auf der Grundlage von Case Studies</i> (3., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.

5.3 Trainingslehre III (t3) –Beweglichkeits- und Koordinationstraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Martin Spring	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Beweglichkeits- und Koordinationstraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. ● sind in der Lage, geeignete Verfahren der Beweglichkeits- und Koordinationstestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die individuelle Leistungsfähigkeit mit Referenzwerten zu vergleichen und um Beweglichkeits- und Bewegungsdefizite zu identifizieren. ● können mit ihren Klienten realistische und quantifizierbare Trainingsziele definieren, um eine Motivationsgrundlage für das Training zu schaffen. ● können geeignete Trainingsmethoden für das Beweglichkeits- und Koordinationstraining auswählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umsetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. ● können adäquate Trainingsinterventionen bei vorliegenden Beweglichkeits- und Koordinationsdefiziten auswählen, um diese zu beheben oder zu kompensieren. ● sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das Beweglichkeits- und Koordinationstraining zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. ● können Trainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Trainingsplanung des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings zu treffen. ● können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Trainingsübungen zu ermöglichen. ● sind in der Lage, Beweglichkeits- und Koordinationstrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen zu planen, diese in der Praxis umzusetzen und die	

	Trainingseffekte zu evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Beweglichkeits- und Koordinationstrainingspraxis abzuleiten. ● können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings abzuleiten. ● können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings erstellen und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	● Physiologische Grundlagen des Beweglichkeits- und Koordinationstrainings ● Die motorische Fähigkeit Beweglichkeit (Definition, Einflussfaktoren) ● Ausgewählte Verfahren zur Testung der Beweglichkeit ● Methodik des Beweglichkeitstrainings ● Kritische Betrachtung ausgewählter theoretischer Dehn-effekte ● Beweglichkeitstraining in der Prävention und Rehabilitation ● Die motorische Fähigkeit Koordination (Definition, Sub-formen) ● Bewegungskoordination und motorischer Lernprozess ● Methodik des Koordinationstraining ● Koordinationstraining im Fitness- und Gesundheitssport: Propriozeptives Training, koordinativ-integratives Training
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining

Grundlagenliteratur:

- Alizadeh, S., Daneshjoo, A., Zahiri, A., Anvar, S. H., Goudini, R., Hicks, J. P. et al. (2023). Resistance Training Induces Improvements in Range of Motion: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 53 (3), 707–722. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01804-x>
- Behm, D. G., Alizadeh, S., Daneshjoo, A., Anvar, S. H., Graham, A., Zahiri, A. et al. (2023). Acute Effects of Various Stretching Techniques on Range of Motion: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Sports Medicine - Open*, 9 (1), 107. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00652-x>
- Blazevich, A. J., Herzog, W. & Nunes, J. P. (2025). Triggering sarcomerogenesis: Examining key stimuli and the role attributed to eccentric training-Historical, systematic, and meta-analytic review. *Journal of Sport and Health Science*, 101073. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2025.101073>
- Bryant, J., Cooper, D. J., Peters, D. M. & Cook, M. D. (2023). The Effects of Static Stretching Intensity on Range of Motion and Strength: A Systematic Review. *Journal of functional morphology and kinesiology*, 8 (2). <https://doi.org/10.3390/jfmk8020037>
- Cai, P., Liu, L. & Li, H. (2023). Dynamic and static stretching on hamstring flexibility and stiffness: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 9 (8), e18795. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e18795>
- Chwilkowski, C. (2006). *Medizinisches Koordinationstraining – Verbesserung der Haltungs- und Bewegungskoordination durch Propriozeption* (2. Aufl.). Köln: Deutscher Trainer Verlag.
- Dana, E., Arabacı, R. & Arabacı, M. (2025). The Impact of Foam Rolling on Recovery and Performance Components (ROM, Strength, Jump, Agility): A Systematic Review. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 16 (1), 253–270. <https://doi.org/10.54141/psbd.1595606>
- Favro, F., Roma, E., Gobbo, S., Bullo, V., Di Blasio, A., Cugusi, L. et al. (2025). The Influence of Resistance Training on Joint Flexibility in Healthy Adults: A Systematic Review, Meta-analysis, and Meta-regression. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 39 (3), 386–397. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000005000>
- Häfelinger, U. & Schuba, V. (2007). *Koordinationstherapie - propriozeptives Training* (Wo Sport Spass macht, 3., überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Hatano, G., Matsuo, S., Asai, Y., Suzuki, S. & Iwata, M. (2022). Effects of High-Intensity Stretch with Moderate Pain and Maximal Intensity Stretch without Pain on Flexibility. *Journal of Sports Science & Medicine*, 21 (2), 171–181. <https://doi.org/10.52082/jssm.2022.171>
- Hinks, A., Franchi, M. V. & Power, G. A. (2022). The influence of longitudinal muscle fascicle growth on mechanical function. *Journal of Applied Physiology*, 133 (1), 87–103. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.00114.2022>
- Konrad, A., Nakamura, M., Tilp, M., Donti, O. & Behm, D. G. (2022). Foam Rolling Training Effects on Range of Motion:

- A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports medicine (Auckland, N.Z.)*, 52 (10), 2523–2535. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01699-8>
- Konrad, A., Alizadeh, S., Daneshjoo, A., Anvar, S. H., Graham, A., Zahiri, A. et al. (2024). Chronic effects of stretching on range of motion with consideration of potential moderating variables: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 13 (2), 186–194. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2023.06.002>
- Martínez-Aranda, L. M., Sanz-Matesanz, M., García-Mantilla, E. D. & González-Fernández, F. T. (2024). Effects of Self-Myofascial Release on Athletes' Physical Performance: A Systematic Review. *Journal of functional morphology and kinesiology*, 9 (1). <https://doi.org/10.3390/jfmk9010020>
- Mense, S. (2021). *Muskeln, Faszien und Schmerz. Wissenschaftliche Grundlagen zu Funktion, Dysfunktion und Schmerzen* (Physiofachbuch, 1. Auflage). Stuttgart: Thieme.
- Neumaier, A. (2009). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining. Grundlagen, Analyse, Methodik* (Training der Bewegungskoordination, Bd. 1, Nachdr. der 3., überarb. Aufl). Köln: Sport und Buch Strauss.
- Panidi, I., Donti, O., Konrad, A., Dinas, P. C., Terzis, G., Mouratidis, A. et al. (2023). Muscle Architecture Adaptations to Static Stretching Training: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Sports Medicine - Open*, 9 (1), 47. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00591-7>
- Stein, T. & Hossner, E.-J. (2017). *Koordination und Koordinationstraining* (Bd. 20): Hofmann.
- Warneke, K., Thomas, E., Blazeovich, A. J., Afonso, J., Behm, D. G., Marchetti, P. H. et al. (2025). Practical recommendations on stretching exercise: A Delphi consensus statement of international research experts. *Journal of Sport and Health Science*, 101067. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2025.101067>
- Yilmaz, O., Soylu, Y., Erkmen, N., Kaplan, T. & Batalik, L. (2024). Effects of proprioceptive training on sports performance: a systematic review. *BMC sports science, medicine & rehabilitation*, 16 (1), 149. <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00936-z>

5.4 Betriebswirtschaftslehre IV (bwl4) – Investition, Finanzierung, Qualitätsmanagement

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● sind in der Lage Investitionsrechnungen durchzuführen, verschiedene Alternativen zu bewerten und auf Grundlage von Entscheidungsregeln zu entscheiden, welche Investitionsalternative die Vorteilhafteste ist. ● können verschiedene Finanzierungsalternativen beschreiben und in Bezug auf die jeweiligen Vor- und Nachteile bewerten. ● sind in der Lage, sich mit Investoren, Bankberatern und weiteren Personen aus dem Finanzierungssektor zu einem Ranking auf Augenhöhe auszutauschen. ● können die betrieblichen Funktionsbereiche «Produktion» und «Logistik» insbesondere bezogen auf die Dienstleistungsbranche beschreiben. ● können die wichtigsten Grundlagen zum Qualitätsmanagement erklären. ● sind dazu in der Lage, die Chancen und Risiken einer beruflichen Selbstständigkeit abzuwägen und die Anforderungen an die Person des Gründers wiederzugeben. ● können problemorientiert denken und Lösungsstrategien ableiten. ● können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten.	
Studieninhalte:	● Finanzwirtschaft in einem Unternehmen ● Investition: Investition als betriebliche Grundfunktion, statische und dynamische Investitionsrechenverfahren ● Finanzierung: Finanzierungsplanung und Durchführung, Rating ● Grundlagen zu Produktion und Logistik insbesondere im Dienstleistungsbereich ● Grundlagen zu Qualitätsmanagement ● Einführende Überlegungen zur beruflichen Selbstständigkeit	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im	

	Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Bruhn, M. (2013). <i>Qualitätsmanagement für Dienstleistungen. Handbuch für ein erfolgreiches Qualitätsmanagement. Grundlagen - Konzepte - Methoden</i> (9., vollst. überarb. und erw. Aufl.). Berlin: Springer Gabler. Carstensen, S. (2017). <i>Existenzgründung: praktischer Leitfaden mit vielen Fallbeispielen. So sichern Sie nachhaltig die Wirtschaftlichkeit Ihres Unternehmens</i> (2. Auflage). Däumler, K.-D. & Grabe, J. (2013). <i>Betriebliche Finanzwirtschaft</i>. (10. Aufl.). Herne: Neue Wirtschaftsbriefe. Eilenberger, G., Ernst, D. & Toebe, M. (2013). <i>Betriebliche Finanzwirtschaft</i>. (8. Aufl.). München: Oldenbourg. Perridon, L., Steiner, M. & Rathgeber, A. W. (2012). <i>Finanzwirtschaft der Unternehmung</i>. (16. Aufl.). München: Vahlen. Pott, O. & Pott, A. (2015). <i>Entrepreneurship. Unternehmensgründung, Businessplan und Finanzierung, Rechtsformen und gewerblicher Rechtsschutz (Springer-Lehrbuch, 2., überarb. Aufl. 2015)</i>. Schinnerl, R. (2018). <i>Erfolgreich in die Selbstständigkeit. Von der Geschäftsidee über den Businessplan zur nachhaltigen Unternehmensgründung</i>. Wiesbaden: Springer Gabler. Wöhe, G. & Döring, U. (2020). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (27. Aufl.). München: Vahlen.

5.5 Vorbereitungsseminar Bachelor-Thesis

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Kurt Grünwald	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload:	Die Workload für das Studienmodul ist in die 12 ECTS für die Bachelor-Thesis miteingerechnet.	
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können ein eigenes Forschungsprojekt für ihre Thesis planen. ● können einen Untersuchungsplan für ihre Thesis erstellen. ● können ein geeignetes Erhebungsinstrument auswählen und einsetzen. ● können eine empirische Studie im Rahmen ihrer Thesis durchführen und auswerten. ● können eigene Forschungsprojekte präsentieren und kritisch reflektieren.	
Studieninhalte:	● Erstellung von Untersuchungsplänen und Einsatz von Erhebungsinstrumenten zur Vorbereitung der Bachelor-Thesis	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht, Kolloquium zur Vorbereitung auf die Bachelor-Thesis ● Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäss § 11 der Prüfungsordnung	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	---	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Fitnesstraining	
Grundlagenliteratur:	Balzert, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftliches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation</i> (2. Aufl.). Herdecke: W3L. Bortz, J. & Schuster, C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer. Brink, A. (2013). <i>Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer. SAFS Hochschule für Bewegungs- und Gesundheitsmanage-	

ment (2024). *Richtlinien zur Gestaltung wissenschaftlicher Arbeiten (Bachelor)*. SAFS: Zürich.

Döring, N. & Bortz, J. (2015). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Aufl.). Berlin: Springer.

Rasch, B., Frieze, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

Rasch, B., Frieze, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.

5.6 Bachelor-Thesis (bt)

Modulverantwortung:	Die/der jeweils zuständige prüfungsberechtigte Betreuerin/Betreuer	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 12 ECTS-Punkte/360 Stunden	Fernstudium und betriebliche Praxis: 360 Stunden	
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: Genehmigung des Themas für die Bachelor-Thesis nicht vor Ablauf des 5. Fachsemesters	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden zeigen mit der Bachelor-Thesis, dass sie in der Lage sind, innerhalb einer vorgegebenen Frist eine fachliche Fragestellung selbstständig nach wissenschaftlichen Methoden zu bearbeiten und einer praktisch verwertbaren Lösung zuzuführen.	
Studieninhalte:	Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist.	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium	
Art der Lehrveranstaltung:	ausschliesslich Fernstudium und begleitende betriebliche Praxis	
Lernformen:	● Tutoriell betreute selbstständige Bearbeitung einer interdisziplinären fachlichen Frage- bzw. Problemstellung ● Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäss § 11 der Prüfungsordnung	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Bachelor-Thesis ● Bearbeitungszeit: 3 Monate	
Verwendbarkeit des Moduls:	● interdisziplinäre wissenschaftliche Abschlussarbeit ● Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie	
Grundlagenliteratur:	themenspezifisch	

5.7 Interdisziplinär (interbfo)

Modulverantwortung:	Dr. Marcel Scheucher	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 8 ECTS-Punkte/240 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 216 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden ● können vertieftes Wissen der Fachinhalte der einzelnen Module des Bachelor-Studiengangs auf die berufliche Praxis transferieren. ● können die Fachinhalte der vorangegangenen Studienmodule reflektieren und die relevanten Methoden und Instrumente lösungsorientiert anwenden, um Problemstellungen aus der Praxis im Team gemeinsam zu lösen. ● können die erworbenen Fach-, Methoden- und Handlungskompetenzen nutzen und sind in der Lage, grundlegende unternehmerische Entscheidungen im Rahmen der Unternehmensführung zu treffen, zu überprüfen und zu beurteilen. ● sind in der Lage, interdisziplinär zu denken und können im Rahmen der Gruppenarbeiten die adäquaten Leaderships-kills zielführend einsetzen. ● können komplexe, interdisziplinäre und praxisorientierte Problemstellungen selbstständig lösen, die eigenen Ergebnisse durch geeignete Kommunikations- und Präsentationinstrumente adressatengerecht aufbereiten und die eigenen Problemlösungsansätze argumentieren sowie im Plenum diskutieren. ● sind in der Lage, theoretische und anwendungsbezogene Studieninhalte kritisch zu reflektieren.	
Studieninhalte:	Keine neuen Studieninhalte; interdisziplinäre Verknüpfung der Fachbereiche mit dem Schwerpunkt auf dem Fachbereich Ökonomie	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	● Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium ● Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht; aufeinander aufbauende Fallstudien, Simulationen oder Projekte, die in Gruppenarbeiten gelöst und anschliessend präsentiert und diskutiert werden ● Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studien-	

	inhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäss betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	● Projektarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) ● Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie
Grundlagenliteratur:	Literatur der vorangegangenen Studienmodule