

Descrizione

L'esperto e l'esperta per la promozione dell'attività fisica e della salute consigliano, guidano e formano le persone che desiderano migliorare il proprio comportamento in termini di attività fisica e salute oppure che soffrono di disturbi fisici o mentali. A seconda della loro specializzazione, creano la propria rete di contatti oppure gestiscono un centro di fitness e attività fisica.

Le loro attività principali possono essere così descritte:

Coaching per la salute

- ricevere i clienti e discutere con loro di eventuali preoccupazioni come la dieta, lo stress, il consumo eccessivo di alcolici, ecc.
- eseguire i test fisici e analizzare i risultati
- definire gli obiettivi e creare programmi di attività fisica personalizzati, adattandoli in base alle esigenze individuali
- fornire consulenza e accompagnamento alle persone
- richiedere pareri e ricevere consigli da medici, fisioterapisti o altri specialisti dell'attività fisica
- indirizzare i clienti verso altre figure professionali, come medici o terapeuti, quando è necessario

Marketing e fidelizzazione dei clienti

- sviluppare e implementare misure per acquisire e fidelizzare i clienti
- progettare nuove offerte
- utilizzare diversi mezzi di comunicazione, come i social media, e creare un sito web
- organizzare o partecipare a eventi e tenere conferenze

Gestione e sviluppo dell'attività professionale

- definire e adattare processi aziendali efficienti
- gestire e formare il personale
- seguire corsi di perfezionamento, ad esempio su nuovi metodi di allenamento o approcci all'alimentazione
- creare, espandere e mantenere una rete di contatti
- gestire l'infrastruttura e occuparsi delle attrezzature

Formazione

La formazione si acquisisce parallelamente all'esercizio della professione.

Durata: formazione modulare

Luoghi: Basilea o Zurigo

Maggiori informazioni sulle formazioni: www.orientamento.ch/scuole

Indirizzi professionali

- fitness medico e coaching per la salute in una rete di contatti
- gestione di centri fitness e attività fisica

Moduli dell'esame:

- patologia / psicopatologia
- fitness medico e coaching per la salute (pianificazione)
- fitness medico e coaching per la salute (attuazione)
- fidelizzazione dei clienti
- leadership
- specializzazione in fitness medico e coaching per la salute in una rete di contatti oppure in gestione di centri fitness e attività fisica

Al termine della formazione, superati gli esami professionali superiori (EPS), si ottiene il diploma federale di

ESPERTO PER LA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DELLA SALUTE o
ESPERTA PER LA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DELLA SALUTE

Requisiti

Ammissione all'esame professionale superiore:

- attestato professionale federale (APF) di specialista per la promozione dell'attività fisica e della salute con specializzazione educazione fitness e salute oppure APF di istruttore/trice di fitness, nonché minimo 6000 ore di esperienza professionale su un periodo che va da minimo 3 a massimo 6 anni calcolati dal conseguimento del titolo
- oppure attestato professionale federale (APF) di specialista per la promozione dell'attività fisica e della salute con specializzazione educazione corporea e al movimento, nonché 900 ore di unità didattiche su un periodo che va da minimo 3 a massimo 6 anni calcolati dal conseguimento del titolo
- oppure altro titolo professionale in un settore affine della formazione professionale superiore o un diploma riconosciuto dallo Stato di maestro/a di sport, specialista in medicina sportiva o fisioterapia, nonché minimo 10'000 ore di esperienza professionale oppure 1500 ore di unità didattiche su un periodo che va da minimo 5 a massimo 10 anni calcolati dal conseguimento del titolo

Inoltre, per tutti i titoli menzionati:

- certificati di fine moduli o le relative dichiarazioni di equipollenza

Attitudini richieste

Per esercitare questa professione sono richieste attitudini quali:

- Buona coordinazione motoria
- Resistenza fisica
- Attitudini pedagogiche
- Capacità di mettere a proprio agio gli altri
- Capacità di adattarsi a orari irregolari e notturni
- Ordine e pulizia

Condizioni di lavoro

Gli esperti e le esperte per la promozione dell'attività fisica e della salute consigliano e supportano i loro clienti. Sono regolarmente in contatto con altre figure professionali del settore della salute e dell'esercizio fisico, ad esempio medici, terapisti, istruttori di fitness o specialisti in scienze del movimento. Gli orari di lavoro sono spesso irregolari e la maggior parte di loro lavora anche la sera e nei fine settimana.

Questi professionisti e professioniste lavorano in aziende che si occupano di fitness, salute ed esercizio fisico, gestiscono aziende proprie oppure come coach individuali.

Perfezionamento

- corsi di formazione continua organizzati dall'Associazione svizzera per lo sport salutare e la terapia sportiva(svgs.ch)
- scuola universitaria professionale (SUP) per conseguire il bachelor in sport, fisioterapia, prevenzione e promozione della salute, nutrizione e dietetica. I requisiti di ammissione variano a seconda dell'università
- formazioni post-diploma (CAS o MAS) offerti da scuole universitarie

Altre offerte di formazione continua su:

www.orientamento.ch/perfezionamento

Professioni affini

- Allenatore di sport di prestazione (APF)/Allenatrice di sport di prestazione (APF)
- Docente di educazione fisica e sport/Docente di educazione fisica e sport
- Maestro di sport sulla neve (APF)/Maestra di sport sulla neve (APF)
- Specialista per la promozione dell'attività fisica e della salute (APF)/Specialista per la promozione dell'attività fisica e della salute (APF)

Indirizzi

Associazione svizzera per lo sport salutare e la terapia sportiva (SVGS)
8000 Zurigo
<https://svgs.ch/>

Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute (FSCF/SFGV)
Postfach
3000 Berna
Telefono: 0848 893 802
<http://www.sfgv.ch>