



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

DIPLOM

Kevin Yale Seyr

geboren am 1. November 1996, heimatberechtigt in Bülach (ZH),

hat den Nachweis erbracht, dass er die Voraussetzungen für die Erteilung
des Diploms aufgrund des Bundesgesetzes vom 13. Dezember 2002
über die Berufsbildung und gemäss der vom Staatssekretariat für
Bildung, Forschung und Innovation genehmigten Prüfungsordnung
über die höhere Fachprüfung vom 7. November 2017 erfüllt.

Dieses Diplom berechtigt ihn zur Führung des gesetzlich geschützten Titels

**Experte Bewegungs- und Gesundheits-
förderung mit eidgenössischem Diplom**
Fachrichtung Führung von Fitness- und Bewegungsunternehmen

Bern, 7. November 2023

Staatssekretariat für Bildung,
Forschung und Innovation SBFi

Die Staatssekretärin

Martina Hirayama



Schweizerischer Fitness-
und Gesundheitscenter Verband

Der Präsident QS-Kommission

André Tummer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

FACHAUSWEIS

Kevin Yale Seyr

geboren am 1. November 1996, heimatberechtigt in Bülach (ZH),

hat den Nachweis erbracht, dass er die Voraussetzungen für die Erteilung
des Fachausweises aufgrund des Bundesgesetzes vom 13. Dezember 2002
über die Berufsbildung und gemäss der vom Staatssekretariat für
Bildung, Forschung und Innovation genehmigten Prüfungsordnung über die
Berufsprüfung vom 22. Oktober 2015 erfüllt.

Dieser Fachausweis berechtigt ihn zur Führung des gesetzlich geschützten Titels

**Spezialist Bewegungs- und Gesundheits-
förderung mit eidgenössischem Fachausweis**
Fachrichtung Fitness- und Gesundheitstraining

Bern, 2. Juli 2020

Staatssekretariat für Bildung,
Forschung und Innovation SBFI

Der stellvertretende Direktor



Josef Widmer

Schweizerischer Fitness-
und Gesundheitscenter Verband

Der Präsident der QS-Kommission



André Moser

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Ernährungscoach absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Ernährungscoach

Der Ernährungscoach kann gesunde Erwachsene, leicht Übergewichtige und ambitionierte Kunden im Fitnesscenter kompetent und individuell in Ernährungsfragen coachen. Er verfügt über ein auf Ernährungsfragen zugeschnittenes anatomisch-physiologisches Fachwissen sowie vertiefte Kenntnisse in der Ernährungslehre. Er kennt die Vor- und Nachteile geläufiger Ernährungskonzepte.

Er verfügt über die Kompetenz, die individuellen Bedürfnisse der Kunden in einer Beratung zu analysieren, eine allfällige Fehlernährung zu erkennen und Lösungen zusammen mit dem Kunden zu erarbeiten.

Abschlussdatum: April 2021

Ort: Zürich

ID: 688472

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer



Ausbildungsinhalte

Anatomie/Physiologie

Organisation des Körpers, Aufbau/Funktion des Verdauungsapparats, Stoffwechselfunktionen

Ernährungslehre

Ernährungsgeschichte, vertiefte Kenntnisse der Ernährungslehre (Makro-/Mikronährstoffe), Enzyme, Säure-Basen-Haushalt, Lebensmittelzusätze

vertiefte Ernährung

Sporternährung, Ernährung im Alter, verschiedene Ernährungsformen

Pathologie

Adipositas, Diabetes mellitus, Essstörungen

individuelle Betreuung/Ernährungs-

anamnese

Aufbau und Methode der Beratung, Ernährungstagebuch, Lösungsansätze und Umsetzstrategien



diplom

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Athletik Trainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Athletik Coach

Der Athletik Coach führt Athleten zur persönlichen Höchstleistung. Er stimmt Sportartprofil und das Sportlerprofil aufeinander ab. Daraus ergeben sich sinnvolle Prioritäten für die Saisonplanung und das Training der entscheidenden Athletikfaktoren.

Ausbildungsinhalte

Coaching-Grundlagen: Grundlagen Leistungspsychologie, Trainingsbetreuung Einzelsportler, Trainingsbetreuung Mannschaftssportler
Trainingslehre: Sportartenanalyse, Leistungsdiagnostik, Pläne, Programme, Kontrolle
Schwerpunkthemen: Funktionelle Ausdauer, Sensomotorik und Koordination, Geeignete Trainingsformen in der Praxis, Kooperation Athletik Coach und Trainer/Verein

EDUQUA
zertifiziert



Abschlussdatum: April 2021

Ort: Zürich

ID: 688483

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Reha. Trainer Ausbildung absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden

Reha Trainer

Der Reha. Trainer kann Empfehlungen des Physiotherapeuten in ein gezieltes Trainingsprogramm umsetzen und die Patienten/Kunden beim Rehabilitationstraining betreuen. Dabei passt er das Trainingsprogramm der aktuellen Belastbarkeit des Patienten an.

Ausbildungsinhalte

Theorie

Vertiefende Anatomie, Schmerzphysiologie, Therapeutische Begriffe, Übergabebereiche verstehen, Grundlagen der Beweglichkeit, Rehabilitative Trainingslehre und Trainingsplanung

Praxis

Rumpfstabilisation, Beinachsentraining, Scapulasetting, Fallbeispiele erarbeiten und präsentieren, Rehatraining von leicht bis schwer



Abschlussdatum: Dezember 2020

Ort: Zürich

ID: 688464

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer



diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Athletik Trainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Athletik Trainer

Der Athletik Trainer ermöglicht hohe Leistungen. Er sorgt sportartübergreifend für ein funktionelles Training der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten mit entsprechender Regeneration und Erholung.

Ausbildungsinhalte

Trainingstheorie: Stellenwert Athletiktraining, Komponenten der Leistungsfähigkeit, Bedarfsanalyse (11 Athletikfaktoren), Dehn-Verkürzungs-Zyklus, Motorisches Lernen, Erholung und Regeneration

Schwerpunktthemen: Maximalkraft und Power, Stelvermögen, Schnelligkeit und Agilität, Geeignete Trainingsformen in der Praxis



Abschlussdatum: Oktober 2020

Ort: Zürich

ID: 688479

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

diplom



Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Cardio Trainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Cardio Trainer

Der Cardio Trainer kann Mitglieder in allen Ausdauerfragen kompetent beraten. Dabei ist es egal, ob sie gesundheits-, schönheits- oder leistungsorientiert trainieren wollen. Er kombiniert Trainingsmethode, Belastungsintensität und-umfang so, dass der gewünschte Trainingseffekt erzielt wird. Dabei berücksichtigt er sowohl das Ziel und die Leistungsfähigkeit als auch die zur Verfügung stehende Trainingszeit des Kunden.

Ausbildungsinhalte

Theorie
Trainingslehre, Sportmedizin,
Gesundheitsforschung

Praxis
Ausdauer-Trainingsmethoden,
zielgruppenspezifische Trainingsprogramme



Abschlussdatum: April 2019

Ort: Zürich

ID: 549838

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

[Handwritten signatures]

diplom



Ausbildungsinhalte

Theorie

Einflussfaktoren auf die Gesundheit, Gesundheitsförderung versus Prävention, Coaching Grundlagen: innere Haltung und Tools, Psychologische Modelle zum Optimieren des Gesundheitsverhaltens

Praxis

Erfassen der Gesundheits- und Lebenssituation, formulieren persönlicher Gesundheitsziele, entwickeln von Verhaltensplänen, identifizieren möglicher Barrieren, fördern der Compliance



Kevin Seyr

hat die Ausbildung Gesundheitscoach absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Gesundheitscoach

Der Gesundheitscoach berät und unterstützt seine Kunden beim Entwickeln und Beibehalten eines aktiven und gesunden Lebensstils. Dabei steht das persönliche Bewegungs-, Ernährungs- und Entspannungsverhalten im Fokus. Er verfügt über die interdisziplinäre Kompetenz, Menschen auf dem Weg zu ihren Gesundheitszielen wirkungsvoll zu unterstützen.

Abschlussdatum: Januar 2022

Ort: Zürich

ID: 723156

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Ernährungstrainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Ernährungstrainer

Der Ernährungstrainer kann die Kunden in Ernährungsfragen individuell betreuen. Er kennt die Grundlagen der Ernährungslehre und verfügt über spezielle Kenntnisse der Ernährung bei körperlicher Belastung. Er kann Ernährungsanamnesen (Erfassen der Essgewohnheiten) erstellen und auswerten, fitness- oder gesundheitsorientierte Ernährungsumstellungen anregen und begleiten.

Abschlussdatum: Mai 2019

Ort: Zürich

ID: 549838

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

 **SAFS**
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

Ausbildungsinhalte

Allgemeine Ernährungslehre
Ernährungsphysiologie, vollwertige Ernährung (schweizerische Vereinigung für Ernährung), verschiedene Kostformen

Sporternährung
Bedarfsgerechte Ernährung bei körperlicher Belastung, Wasserhaushalt

Gewichtsregulation
Abnehmen, Zunehmen, Grundlagen der Adipositasproblematik

Betreuung Ernährungsanamnese
Erstellen, auswerten und beurteilen, begleiten bei Ernährungsumstellungen

EDUQUA
zertifiziert



diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Functional Trainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Functional Trainer

Der Funktional Trainer vermittelt funktionelle Bewegungsmuster für Alltag, Beruf und Sport. Ausgehend vom IST-Zustand bezüglich Mobilität und Stabilität wählt er geeignete Optimierungsübungen aus. Der Funktional Trainer erarbeitet mit den Kunden eine gute Basis für athletische Leistungen. Er verfügt über das Instruktions-Know-how, um erfolgreich in der „Functional Zone“ oder mit Kleingruppen zu arbeiten.

Ausbildungsinhalte

Theorie

Funktionelle Leistungspyramide, Spannungsfeld Mobilität und Stabilität, funktioneller IST-Zustand, 11 Athletikfaktoren

Trainingspraxis

Funktionelle Grundbewegungen, Optimierungsübungen für Mobilität und Stabilität, Grundprinzipien des funktionellen Trainings mit eigenem Körper, Länghantel, Kabelzug, Schlingentrainer und Kettlebells

Betreuen

Methodisch-didaktische Grundlagen des funktionellen Trainings, individuelles Anpassen des Übungslevels, variieren der Übungen für progressives Trainieren, Tipps & Tricks für erfolgreiches Kleingruppentraining



Abschlussdatum: Oktober 2018

Ort: Zürich

ID: 549818

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

J.A.

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Gesundheitstrainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Gesundheitstrainer

Der Gesundheitstrainer ist Spezialist für Gesundheitsförderung durch Bewegung. Er kennt sich mit den wichtigsten nichtübertragbaren Krankheitsbildern aus. Er ist fähig, Kunden mit eben solchen Beschwerden zu betreuen und zu beraten. Der Gesundheitstrainer erstellt individuelle, primär und sekundär präventiv wirksame Trainingsprogramme. Sein Ziel ist es, Betroffene gegebenenfalls aus ihrer Passivität herauszuführen und deren körperliche Gesundheit durch Bewegung zu fördern bzw. ihre Beschwerden zu lindern.

Abschlussdatum: November 2019

Ort: Zürich

ID: 549852

SAFS Schulsekretariat



SAFS Geschäftsführer



Ausbildungsinhalte

Theorie

Begriffsdefinitionen und Salutogenese-Modell, Gesundheitsförderung (Ressourcen stärken) und Prävention (Risikofaktoren minimieren), Einfluss des Lebensstils, Pathologie der nicht übertragbaren Krankheiten: Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Arteriosklerose, Erkrankungen der Atmungsorgane, Stoffwechselerkrankungen (Metabolisches Syndrom, Diabetes Typ 2), Adipositas, Onkologische Erkrankungen / Krebs, Vernetzung und Kooperation mit Fachpersonen

Praxis

Ist-Zustand erheben, Trainingsplanung angepasst an die Beschwerden und Ziele des Kunden, Gesundheitsfördernde Trainingsprogramme für Kunden mit nicht übertragbaren Erkrankungen Transfer in den Alltag



SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Trainer für psychosoziale Gesundheitsförderung absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Trainer für psychosoziale Gesundheitsförderung

Der Trainer für psychosoziale Gesundheitsförderung unterstützt Kunden bei ihrem Ressourcenmanagement.
Er ist fähig, Kunden mit psychischen Belastungen zu betreuen und zu beraten.

Ausbildungsinhalte

Theorie

Begriffs- und Rollendefinition, Wirkung von Bewegung auf die psychische Gesundheit, Entstehung und Verlauf von psychischen Belastungen, Stressphysiologie, Mobbing, Burnout, Psychische Erkrankungen, Möglichkeiten und Interventionen zum Aufbau individueller Ressourcen, kurz- und langfristig wirkende Massnahmen

Praxis

Zeigruppenorientierte Trainingsplanung, Trainingsprogramme für Kunden mit psychischen Belastungen und Störungen
Transfer in den Alltag



Abschlussdatum: Februar 2021

Ort: Zürich

ID: 723152

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Ausbildungsinhalte

Theorie

Grundlagen der funktionellen Anatomie,
Physiologie/Neurophysiologie, Pathologie,
Trainingslehre, Bewegungslehre

Praxis

Bewegungsmuster der Arme und Beine nach den
Grundprinzipien des Rehabilitationstrainings



Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Reha Betreuer Extremitäten absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Reha Betreuer Extremitäten

Der Reha Betreuer Extremitäten kann selbstständig präventiv wirksame Ganzkörperprogramme erstellen. Kunden mit reduziert belastbarem Bewegungsapparat, insbesondere mit Schulter- und Kniebeschwerden, kann er optimal betreuen. Er kennt die wichtigsten Krankheitsbilder, die Grundregeln der Prävention, die Sicherheitsregeln in der Rehabilitation und die daraus resultierenden Konsequenzen fürs Training.

Abschlussdatum: August 2019

Ort: Zürich

ID: 581752

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung absolviert Reha Betreuer Rücken und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Reha Betreuer Rücken

Der Reha Betreuer Rücken kennt geeignete Bewegungs- und Haltungsmuster für den Rücken. Er kann die Kunden zu rückengerechtem Training anleiten, präventiv wirksame Trainingsprogramme erstellen und auch Kunden mit Rückenbeschwerden kompetent und sicher beraten.

Ausbildungsinhalte

Theorie

Funktionelle Anatomie, Neurophysiologie, Medizin, Bewegungslehre

Praxis

Bewegungs- und Haltungsmuster, praktische Übungen, konkrete Trainingspläne



Abschlussdatum: August 2019

Ort: Zürich

ID: 581752

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer

SAFS
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Ausbildung Workout Trainer absolviert und die Prüfung mit Erfolg bestanden.

Workout Trainer

Der Workout Trainer kann die einzelnen Kurz- und Langhantel Übungen systematisch benennen, den verschiedenen Muskelgruppen oder Muskelbereichen zuordnen und kennt viele Übungsvarianten, die er leicht und sicher instruiert. Mit geeigneten Trainingsmethoden, Organisationsformen und guten Tipps kann er die Mitglieder das spezielle "Hantelfeeling" erleben lassen und sie beim effizienten Muskelaufbau unterstützen.

Ausbildungsinhalte

Biomechanische Grundlagen, Vor- und Nachteile von Langhantel, Kurzhantel und Kabelzug, Grundprinzipien des Hanteltrainings, Übungen mit der Langhantel, Übungen mit der Kurzhantel, Übungen mit dem Kabelzug, Organisationsformen, Trainingsplanung, Tipps und Tricks für erfolgreiches Muskelaufbautraining



Abschlussdatum: Mai 2020

Ort: Zürich

ID: 675110

SAFS Schulsekretariat

SAFS Geschäftsführer



diplom

Kevin Yale Seyr

hat die Gesamtausbildung Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis absolviert und die Prüfungen mit Erfolg bestanden.

Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis

Der Fitness Trainer mit SAFS Fachausweis hat die Ausbildungen Fitness Betreuer, Kundenberater und Fitness Trainer erfolgreich absolviert. Er erfüllt die QUALITOP Anforderungen und kann die Mitglieder im Fitnesscenter kompetent beraten und langfristig betreuen.

Abschlussdatum: Juli 2018

Ort: Zürich

SAFS Schulsekretariat

C. Fügler

SAFS Geschäftsführer

[Signature]

Ausbildungsinhalte

Fachwissen

Anatomie & Physiologie, Grundlagen der Biomechanik, Basiswissen Sportmedizin

Training

Prinzipien der Programmgestaltung und Trainingsplanung für Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit, Funktionelle Übungen für gesundheits-, fitness- oder leistungsorientiertes Training im Fitnesscenter

Betreuung

Grundlagen zu Dienstleistung, Kommunikation und Motivation, Telefon-, Verkaufs- und Beratungstraining, zielorientiert betreuen

Beratung

Sauna, Solarium, Ernährung und CPR-Ausbildung



diplom