



INFO PT-koulutuksesta yhteistyöoppilaitoksessa

Varalan urheiluopiston Personal Trainer – koulutus on Suomen laajin ja monipuolisin liikunta-alalle valmistava pt-koulutus. Koulutus antaa valmiudet toimia liikunta-alan toimintaympäristöissä ja tehtävissä. Varalan Personal Trainer – koulutuksen sisältö pohjautuu vankkaan asiantuntijuuteen ja ymmärrykseen liikunta- ja hyvinvointialasta sekä urheilusta.

Varalan Personal Trainer-koulutus koostuu **kymmenestä viikonlopusta (pe-su) sekä itsenäisestä verkko-opiskelusta ja lopputyöstä**. Koulutuksen laajuus on 40 op (opintopiste) Hyödynnämme innovatiivista verkkopedagogiikkaa ja käytännönläheistä lähiopetusta, mikä mahdollistaa joustavan opiskelun hektisessä arjessa. Varalassa kouluttajina toimii laaja joukko eri alojen huippuammattilaisia aina terveysliikuttajista huippu-urheiluvalmentajiin. Viikonloppujen aikataulu on yleensä **pe 16.30-20.30 la 8.30-18.00 su 9.00-15.00**.

Koulutus on mahdollista suorittaa **yhtäaikaisesti opiskellessasi PUK:n urheiluhierojakoulutuksessa**, opinnot voidaan suorittaa loppuun myös urheiluhieroja-opintojen jälkeen. PUK:ssa suoritettavat **anatomian ja fysiologian opinnot hyväksiluetaan** pt-opinnoissa ja ilmoitetuista **koulutusmaksuista saa 20% alennuksen**.

KOULUTUSMAKSUT (2024 alkavat koulutukset):

2412€ (sis. 20% alennuksen) Hinta sisältää ateriat (pe päivällinen, la lounas ja päivällinen, su lounas) opetuksen, opiskelumateriaalit ja Polar-mittarin (**9 lähiopetusviikonloppua**). Koulutusmaksun voi maksaa useammassa erässä !!!

Lisäinfo löytyy tästä linkistä:

<https://varala.fi/personal-trainer-koulutus/>

Lisäkoulutus - esimerkkejä:

<https://varala.fi/opiskelu-varalassa/personal-trainer-koulutus-ikaantyneiden-ohjaukseen/>

<https://varala.fi/opiskelu-varalassa/personal-trainer-koulutus-ikaantyneiden-ohjaukseen/>

<https://varala.fi/liikunnan-ja-valmennuksen-ammattitutkinto/>