

Kathrin Buff

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: Oktober 2022

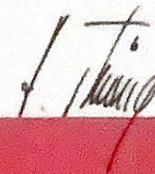
Ort: Zürich

ID: 794800

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, Leberamittelzusätze

vertiefte Ernährung

Sporternährung, Ernährung im Alter, verschiedene Ernährungsformen

Pathologie

Adipositas, Diabetes mellitus, Essstörungen

individuelle Betreuung/Ernährungsanamnese

Aufbau und Methode der Beratung, Ernährungstagebuch, Lösungsansätze und Umsetzstrategien

IDU 
Zertifiziert



 **SAFS**
SWISS ACADEMY OF FITNESS & SPORTS

diplom