



## 1. DENOMINAZIONE DEL CERTIFICATO (HU)

55-813-01 Személyi edző

## 2. TRADUZIONE DI DENOMINAZIONE DEL CERTIFICATO (IT)

Allenatore personale  
(LA PRESENTE TRADUZIONE NON HA VALORE LEGALE)

## 3. PROFILO DELLE ABILITÀ E COMPETENZE

### L'esperto e' in grado di:

- svolgere un ruolo di modello autentico, positivo;
- rispettare le regole professionali, etiche e legali della professione;
- definire lo stato di costituzione e di fitness del cliente;
- supportare il cambiamento di stile di vita del cliente;
- definire obiettivi di allenamento a lungo, medio e breve termine;
- preparare programmi di allenamenti con l'obiettivo di sviluppare le capacità in modo armonico;
- tenere presenti le caratteristiche dell'età e del sesso;
- trattare efficacemente le situazione di interazione, adottare tecniche di motivazione;
- prevenire possibilmente le lesioni, gli incidenti;
- adottare variegati strumenti, luoghi e metodi di allenamento;
- collaborare con i professionisti della sanità;
- adottare in pratica i principi della sana nutrizione;
- definire lo stato di nutrizione, costituzione, peso corporeo ideale del cliente;
- preparare programmi personalizzati di esercizi fisici e piani dietetici con l'obiettivo della perdita del peso e supportare il loro realizzo in modo efficace.

## 4. INSIEME DELLE ATTIVITÀ PROFESSIONALI CUI IL TITOLARE DEL CERTIFICATO PUÒ ACCEDERE

3722 Guida di programmi di fitness e di ricreazione

### (\*) Nota esplicativa:

Il presente documento è volto a fornire ulteriori informazioni sul certificato e non ha di per se alcun valore legale. Il formato della descrizione è basato sulla risoluzione "93/C 49/01 of 3 December 1992 on the transparency of qualifications" (Risoluzione n. 93/C 49/01 del Consiglio del 3 dicembre 1992 sulla trasparenza delle qualifiche professionali), "Council Resolution 96/C 224/04 of 15 July 1996 on the transparency of vocational training certificates" (risoluzione del Consiglio n. 96/C 224/04 del 15 luglio 1996 sulla trasparenza dei certificati di formazione professionale), "Recommendation 2001/613/EC of the European Parliament and of the Council of 10 July 2001 on mobility within the Community for students, persons undergoing training, volunteers, teachers and trainers" (raccomandazione 2001/613/CE del Parlamento europeo e del Consiglio del 10 luglio 2001 relativa alla mobilità nella Comunità degli studenti, delle persone in fase di formazione, di coloro che svolgono attività di volontariato, degli insegnanti e dei formatori).

Per ulteriori informazioni sulla trasparenza: <http://europass.cedefop.eu.int/htm/>

©European Communities 2002 ©

## 5. BASE UFFICIALE DEL CERTIFICATO

<p><b>Denominazione e status dell'istituzione che rilascia il certificato</b></p>	<p><b>Denominazione e status dell'autorità nazionale che accredita il certificato</b></p> <p>Ministero delle Risorse Umane</p>												
<p><b>Livello (nazionale o internazionale) del certificato</b></p> <p><b>Livello nella classificazione della formazione professionale OKJ (Registro Nazionale per la Formazione):</b> 55 aggiunta alla formazione professionale di livello elevato che si basa sulla formazione professionale che richiede il diploma di maturità, generalmente ottenibile nella formazione professionale del sistema scolastico</p> <p><b>Codice ISCED2011:</b> 4</p> <p><b>Livello del Quadro Nazionale delle Qualifiche (Ungheria):</b></p> <p><b>Livello del QEQ:</b></p>	<p><b>Graduatoria di classifica / Requisiti degli esami</b></p> <p>Cinque livelli: 5 eccellente 4 buono 3 medio 2 sufficiente 1 insufficiente</p>												
<p><b>N. di serie del diploma: PT K</b></p> <p>N. d'ordine: 123456</p> <p><b>Data di rilascio del diploma: 2023.10.02</b></p>	<p><b>Risultati raggiunti all'esame e le loro proporzioni espresse in percentuale del voto complesso</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">Esame orale</td> <td style="width: 50%;">Progettazione di allenamento speciale, alimentazione</td> <td style="width: 12.5%; text-align: center;">5</td> <td style="width: 12.5%; text-align: center;">40.00</td> </tr> <tr> <td>Esame pratico</td> <td>Progettazione e guida dell'allenamento individuale</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">60.00</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Risultato dell'esame professionale complesso espresso in voto</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td></td> </tr> </table>	Esame orale	Progettazione di allenamento speciale, alimentazione	5	40.00	Esame pratico	Progettazione e guida dell'allenamento individuale	5	60.00	Risultato dell'esame professionale complesso espresso in voto		5	
Esame orale	Progettazione di allenamento speciale, alimentazione	5	40.00										
Esame pratico	Progettazione e guida dell'allenamento individuale	5	60.00										
Risultato dell'esame professionale complesso espresso in voto		5											
<p><b>Accesso al successivo livello di insegnamento/formazione</b></p> <p>Nell'istruzione universitaria</p>	<p><b>Accordi internazionali</b></p>												
<p><b>Informazioni supplementari riguardanti il percorso formativo</b></p> <p>Ulteriore elenco dei prerequisiti di formazione professionale: 52 813 01 0100 33 01 Istruttore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) 52 813 01 0100 52 02 Allenatore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) 52 813 01 0001 54 01 Guida di programma di esercizi ricreativi (con l'indicazione della disciplina) 33 8962 01 Istruttore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) 52 8962 01 Allenatore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) Formazione di alto livello in educazione fisica Formazione di fisioterapista</p>													
<p><b>Fondamento giuridico</b></p> <p>Legge CLXXXVII del 2011 sulla formazione professionale Decreto 37/2013. (V. 28.) dell'EMMI (Ministero delle Risorse Umane) sulle qualifiche professionali ed i requisiti d'esame inerenti al settore del Ministero delle Risorse Umane.</p>													

**6. ITER UFFICIALMENTE RICONOSCIUTI PER IL CONSEGUIMENTO DEL CERTIFICATO**

Descrizione del tipo di formazione professionale teorica e pratica ricevuta	Percentuale del programma totale %	Durata (ore/settimane/mesi/anni)
Basata su scuola/centro di formazione	Teoria: 40 % Pratica: 60 %	
Basata sul luogo di lavoro		
Riconoscimento dei percorsi		
Intera durata di formazione		360 ore

**Requisiti d'accesso:**

- Esame di maturità e
- 31 813 01 Istruttore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) oppure,
- 54 813 02 Allenatore di sport (con l'indicazione della disciplina sportiva) oppure,
- 54 813 01 Istruttore di fitness-wellness oppure,
- 51 813 01 Allenatore in acqua oppure
- 51 813 02 Istruttore di fitness di gruppo oppure,
- 51 813 03 Istruttore di fitness

**Moduli di requisiti professionali:**

10339-12 Teoria e metodologia dell'allenamento individuale  
10340-12 Regolazione dell'alimentazione e del peso corporeo  
10341-12 Educazione corporea

Il presente certificato, supplemento al diploma e' stato predisposto in base alle istruzioni per la compilazione pubblicate sui home pages del Centro Nazionale di Referenze e del Centro Nazionale Europass.

**Centro Nazionale di Referenze– NSZFH – <http://nrk.nive.hu>**

Il responsabile per l'organizzazione dell'esame:  
Data del rilascio: 2023.10.02

**Timbro, sigillo**