

Die richtige Ernährung und Fitness sind Megatrends unserer Zeit

Immer mehr Menschen beschäftigen sich heute mit Fragen der richtigen Ernährung. Sie wollen gesund und fit bleiben. Sportler aller Bereiche wissen, dass sie nur mit der optimalen Nahrung zu Höchstleistungen fähig sind. Profis mit Fachwissen in Ernährung und Fitness haben in diesem Umfeld tolle Berufsaussichten und eine gesicherte Zukunft.

Die neue 3-jährige Hotelfachschule in Klessheim kombiniert Fachwissen in Ernährung und Sport mit einer fundierten Tourismus-Ausbildung. Auf Absolventen wartet ein breites Spektrum an Berufen mit internationalen Karrierechancen.

ERNÄHRUNG

Grundlagen der Ernährung, spezielle Ernährungsfragen im Sport, Beeinflussung des Energiespiegels, Flüssigkeitspegel, Gewichtsmanagement, Ernährungstrends und Unverträglichkeiten, Mittel zur Nahrungsergänzung. Aufbauend auf die Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft werden hochwertige Speisen kreiert und in der Schulküche in die Praxis umgesetzt.

SPORT

Für Sportler ist die HFS Ernährung & Sport die perfekte Ergänzung zu ihrem individuellen Trainingsbetrieb. Im Sportunterricht geht es um allgemeine Fitness, Grundausdauer und Koordination. Darüber hinaus wird im Mentalbereich trainiert, wie man mit Nervosität umgeht, mentale Stärke gewinnt und sich optimal entspannt (Yoga), um im richtigen Augenblick die sportliche Höchstleistung bringen zu können.

Der typische Wettkampfbetrieb ist berücksichtigt: An Montagen beginnt der Unterricht später, Montage sind generell prüfungsfrei.

Fitness-Interessierte erhalten in dieser Ausbildung die perfekte Vorbereitung für einen interessanten Beruf mit Zukunft.



Hotelfachschule für Ernährung und Sport

DAUER

- 3 Jahre

ABSCHLÜSSE

Alle Abschlüsse einer typischen Hotelfachschule:

- Hotelkaufmann
- Koch
- Gastronomie-/Restaurantfachmann
- Hotel- und Gastgewerbe Assistent
- Berechtigung, später einen eigenen Betrieb zu führen
- Zugang zur Berufsreifeprüfung (Matura)
- Internationale Karrierechancen

VORAUSSETZUNGEN

- Positiver Abschluss der 4. Klasse AHS, NMS oder HS

KOSTEN

- 2.623 Euro pro Jahr

ANMELDUNG

- online auf www.klessheim.at/hfs
- Persönlich jederzeit im Schulbüro

INTERESSIERT? MEHR INFOS UNTER WWW.KLESSHEIM.AT



NEU!
AB 2019



HOTELFACHSCHULE FÜR ERNÄHRUNG & SPORT
PROFI FÜR ERNÄHRUNG, FITNESS UND SPORT

Medieninhaber und Herausgeber:
Tourismusschulen Salzburg, Julius-Raab-Platz 1, 5027 Salzburg
Bildnachweis: Andreas Lutche, Bryan Reinhart, privat
Salzburg.info, Salzburger Festspiele, iStock

Tourismusschule Klessheim
Klessheimer Straße 4, 5071 Siezenheim
Telefon +43 (0)662 / 85 12 63, Fax +43 (0)662 / 85 12 63 - 4

www.klessheim.at

Eine Einrichtung der



TOURISMUSSCHULE
KLESSHEIM

Fit und gesund – das passt zu Dir!

Du bist Sportler und trainierst regelmäßig? Du bist selbst kein Sportler, aber allgemein am Thema Fitness und Ernährung interessiert?

Die HFS Ernährung und Sport ist für dich eine spannende Ausbildung mit Zukunft!

FITNESS UND GESUNDHEIT ALS TRENDBERUF

Das steigende Bewusstsein für die richtige Ernährung und die Bedeutung der körperlichen Fitness sind ein interessantes Betätigungsfeld. Eine Vielzahl von Jobs wartet auf Profis!

Der gute Ruf Klessheims und der spezielle Schwerpunkt der Ausbildung bieten internationale Karrieremöglichkeiten in Sport- und Wellness-Hotels, Gesundheitsbetrieben und Lifestyle-Einrichtungen.

PROFIS BRAUCHEN PRAXIS

In dieser Ausbildung werden laufend Theorie und Praxis kombiniert. Zusätzlich stehen in den Sommermonaten 2x12 Wochen bezahltes Betriebspraktikum auf dem Plan. So sammelst du wertvolle Erfahrungen.

Unser Career Center unterstützt Dich bei der Suche nach Praxisstellen – zum Beispiel in Sporthotels, Wellnesshotels, Kurbetrieben, Sportzentren oder Fitness-Einrichtungen.

Wir werden gemeinsam gastronomische Fachmessen, Fitnessvorträge und Sport-Events besuchen. Gastvortragende aus der Lebensmittelindustrie und dem internationalen Sportmanagement machen den Unterricht so richtig spannend.

FIT FÜR DEN EIGENEN BETRIEB

Am Ende der Ausbildung bist du nicht nur qualifiziert für eine Vielzahl von Berufen, du kannst auch selbst ein Unternehmen führen. Dazu lernst du Betriebswirtschaft, Marketing und Recht genauso wie Englisch für das internationale Umfeld.

Mit den umfassenden Kenntnissen in der Küche und im Service hast du also alle Berechtigungen einer typischen Hotelfachschule und kannst später einen eigenen Betrieb eröffnen.



FAQs

KANN ICH DIE HFS ERNÄHRUNG & SPORT AUCH BESUCHEN, WENN ICH KEIN SPORTLER BIN?

Ja, in der HFS Ernährung & Sport geht es nicht darum, Spitzensportler zu werden, sondern die Zusammenhänge zwischen Spitzensport und Ernährung zu verstehen und den eigenen Körper gesund zu halten. Interesse für Ernährung ist unbedingt notwendig.

ENTHÄLT DIE HFS ERNÄHRUNG & SPORT AUCH UNTERRICHT IM KOCHEN UND SERVIEREN?

Ja, Kochen und Servieren sind wichtige Teile der Ausbildung. Ernährung soll nicht nur theoretisch behandelt werden, sondern wird direkt in die Praxis umgesetzt. Dadurch eröffnet sich ein weltweites Betätigungsfeld, denn Fachkräfte sind gefragt und werden sofort eingestellt.

GIBT ES EINE SPEZIELLE ABSTIMMUNG MIT DEM TRAININGS- UND WETTKAMPFBETRIEB?

Um Sportlern mit intensivem Trainings- und Wettkampfprogramm die Teilnahme zu erleichtern, beginnt der Unterricht am Montag später, Montage sind zudem prüfungsfrei.

WIE FUNKTIONIERT EIN PRAKTIKUM?

Nach dem ersten und zweiten Jahr sind jeweils 12 Wochen Praktikum vorgesehen. In dieser Zeit sammelt man wertvolle Erfahrungen und erhält bereits eine erste Bezahlung. Das Praktikum kann in allen Tourismusbetrieben absolviert werden, ideal sind aber Betriebe, in denen es um Ernährung und Fitness geht, wie etwa in Sporthotels, Wellness Hotels, in Kurbetrieben oder in Sportzentren. Bei der Stellensuche unterstützt unser Career Center.

GIBT ES AUCH EXKURSIONEN?

Es werden Hersteller hochwertiger Lebensmittel und gastronomische Fachmessen im In- und Ausland besucht. Gastvortragende aus der Lebensmittelindustrie und dem internationalen Sportmanagement bereichern den Unterricht.

WAS SIND MEINE REALISTISCHEN ZUKUNFTSCHANCEN UND BERUFSAUSSICHTEN?

Mit der HFS Ernährung & Sport erhält man alle Abschlüsse einer typischen Hotelfachschule (Diplom Hotelkaufmann/frau Koch, Köchin, Gastronomie-/Restaurantfachmann/frau, Hotel- und Gastgewerbe Assistent/in) und erfüllt alle Voraussetzungen, um später einen erfolgreichen Betrieb zu führen. Damit hat man in jedem Fall eine Ausbildung mit internationaler Jobgarantie.

Durch die speziellen Schwerpunkte Ernährung & Sport ist man zusätzlich darauf vorbereitet, in Sporthotels, Freizeitbetrieben oder in speziellen Gesundheitsbetrieben zu arbeiten, in denen es ganz besonders auf die richtige Ernährung und die Fitness der Gäste ankommt. Durch die besondere Fächerkombination bestehen internationale Karrieremöglichkeiten.

Die HFS Ernährung & Sport eröffnet als 3-jährige Ausbildung den Zugang zur Berufsreifeprüfung (Matura).