

# 230+ attraktive Themen für Minikurse

Dies ist eine Liste mit über 230 Nischen für den [Verkauf von Minikursen](#). Sie sind profitabel, weil sie zentrale menschliche Bedürfnisse ansprechen – wie Gesundheit, Geld, Beziehungen, Sicherheit, Status und Schmerzlinderung.

Fast jedes informationsbasierte Produkt, das online verkauft wird, kann in eine dieser Hauptkategorien eingeordnet werden. Die drei großen Kategorien, die fast jeder kennt, sind Gesundheit, Geld und Beziehungen.

Eine vierte wichtige Kategorie ist persönliche Entwicklung, die ebenfalls stark nachgefragt wird. Aber es gibt noch eine fünfte Kategorie – Leidenschaften und Hobbys. Diese umfassen Themen, die Menschen gerne aus Freude und Interesse erlernen.

Leidenschaftsbasierte Kurse können für sich allein stehen oder mit den klassischen Kategorien kombiniert werden, um ein einzigartiges Verkaufsangebot zu schaffen. Beispiele wären „Tanzen zur Stärkung der Partnerschaft“, „Fotografie von Neugeborenen für Eltern“ oder „Stricken lernen für besseren Schlaf und Stressabbau.“

## → Gesundheit

<b>Abnehmen und Ernährung</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Ketogene Ernährung</li><li>● Paleo-Ernährungsweise</li><li>● Mediterrane Ernährungsform</li><li>● Pflanzliche Ernährung (z. B. vegan oder vegetarisch)</li><li>● Ernährungsumstellung auf vollwertige, unverarbeitete Lebensmittel</li><li>● Zuckerfreie Ernährung</li><li>● Gesunde Mahlzeitenplanung für den Alltag</li><li>● Fastenmethoden wie Intervallfasten und Heilfasten</li><li>● Diäten für spezielle Bedürfnisse (z. B. glutenfrei, laktosefrei)</li><li>● Ernährung für Muskelaufbau</li><li>● Mahlzeitenvorbereitung für</li></ul>	<b>Schmerzlinderung</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Schulterschmerzen lindern</li><li>● Rückenschmerzen lindern</li><li>● Hüftschmerzen lindern</li><li>● Linderung bei Arthritis</li><li>● Nackenschmerzen lindern</li><li>● Knieschmerzen lindern</li><li>● Gelenkschmerzen lindern</li><li>● Linderung beim Karpaltunnelsyndrom</li><li>● Spannungskopfschmerzen lindern</li><li>● Migräne loswerden</li></ul> <b>Mentale Gesundheit</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Achtsamkeitstraining zur Stressbewältigung</li></ul>
--	--

vielbeschäftigte Menschen

## **Ernährung bei Beschwerden**

- Entzündungshemmende Ernährung zur Linderung chronischer Beschwerden
- Ernährung bei chronischen Krankheiten (z. B. Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen)
- Ernährung zur Unterstützung hormoneller Balance (z. B. bei PCOS oder in der Menopause)
- Darmfreundliche Ernährung für bessere Verdauung und Gesundheit
- Ernährung zur Stärkung des Immunsystems
- Ernährung zur Senkung von Cholesterin und Blutdruck
- Hautfreundliche Ernährung bei Akne und Ekzemen

## **Fitness**

- Muskelaufbau für bestimmte Muskelgruppen (z. B. Sixpack-Training)
- Training ohne Gewichte (z. B. Bodyweight-Training)
- Training nur mit Kurzhanteln
- Training mit Widerstandsbändern (z. B. Therabändern)
- Lauftraining für spezielle Altersgruppen (z. B. Marathonvorbereitung)
- Spezielles Training für Frauen (z. B. Po-Training)
- Training nach der Schwangerschaft
- "Nap-Time"-Workouts für frischgebackene Mütter (wenn das Baby schläft)

- Meditation zur Förderung emotionaler Stabilität
- Erholung nach Burnout (Burnout-Recovery)
- Soziale Ängste überwinden
- Spezielle Meditationstechniken für Angstbewältigung
- Erholung nach emotionalem Missbrauch
- Bewältigung von Mobbing-Erfahrungen
- Suchtbewältigung (z. B. Pornografiesucht, Handysucht)
- Umgang mit Narzissmus in Beziehungen
- Schlafstörungen reduzieren durch Meditation
- Alkohol- und Drogenmissbrauch überwinden
- Spezifische Techniken zur Reduzierung von Panikattacken
- Depressionen verstehen und behandeln
- Umgang mit Einsamkeit und Isolation
- Unterstützung bei Zwangsstörungen
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Postnatale Depression
- Midlife-Crisis
- Wechseljahre
- Pensionierung und Einsamkeit
- Trauerbewältigung
- Pubertät und Identitätskrisen
- Übergang ins Erwachsenenalter
- Leeres-Nest-Syndrom
- Mentale Gesundheit im Alter

## Online Business

- Online-Kurse
- Digitale Produkte
- Coaching-Programme
- Mehr Kunden gewinnen
- Self-Publishing
- Membership-Programme
- Affiliate Marketing
- Influencer werden
- Sales Funnel
  
- **eCommerce**
  - Print on demand
  - Dropshipping
  - Amazon FBA
  - Shopify
  - Etsy
  - eBay
  
- **AirBnB**
  
- **Künstliche Intelligenz**
  - ChatGPT für Content-Erstellung
  - Text-zu-Bild für Marketing-Designs
  - Text-zu-Sprache für YouTube und Podcasts
  - Text-zu-Video für Social Media
  - Automatisierung von Geschäftsprozessen mit KI
  - KI-gestützte Produktivitäts-Tools
  - KI-basierte Marketing-Strategien
  - No-Code-Tools zur Automatisierung
  - Custom GPT-Entwicklung für spezialisierte Anwendungsfälle
  - KI zur Lead-Generierung und Kundenakquise

## Online Marketing

- **Werbung**
  - Facebook Werbung
  - Instagram Werbung
  - TikTok Werbung
  - Google Werbung
  - YouTube Werbung
  - Videoanzeigen Werbung
  
- **Content Marketing**
  - Blogartikel schreiben
  - YouTube-Videos erstellen
  - Podcast produzieren
  - Social Media Posts planen
  - Infografiken erstellen
  - Tiktok Videos
  - Instagram Reels
  - YouTube Shorts
  - Social Media Follower aufbauen
  
- **E-Mail-Marketing**
  - E-Mail-Texte schreiben
  - Produkte launchen
  - Automatisierung
  - Eine Liste aufbauen
  - Eine Liste verwalten
  - Öffnungsrate steigern
  - Zustellbarkeit verbessern
  - Abmelderate verringert
  
- **Copywriting**
  - E-Mail-Copywriting
  - Werbetext-Copywriting
  - Video Sales Letter (VSL) Copywriting
  - Landing Page Copywriting
  - Verkaufsseiten schreiben

- Ad Copywriting

- **SEO** (Suchmaschinenoptimierung)

### **Investieren**

- Immobilien
- Aktien
- ETFs
- Kryptowährungen
- Trading
- Unternehmen und Startups
- Hausflipping

### **Finanzen**

- Budgetplanung
- Schuldenmanagement
- Sparstrategien
- Vermögensaufbau
- Altersvorsorge
- Steuerplanung
- Finanzielle Notfallfonds
- Ausgabenoptimierung

# → Beziehungen & Persönlichkeitsentwicklung

## Dating & romantische Beziehungen

- Mach ihn verliebt in dich
- Nachrichten und Dating-Apps richtig nutzen
- Hol dir deinen Ex zurück
- Vermeide häufige Dating-Fehler
- Dating-Tipps für Frauen über 40
- Wie du ihn dazu bringst, sich fest zu binden
- Die richtigen Signale senden, um das Interesse zu wecken
- Mach, dass sie mit dir schlafen will
- Raus aus der „Friendzone“
- Selbstbewusstsein beim Dating aufbauen
- Finde die richtige Partnerin für eine langfristige Beziehung
- Wie du beim ersten Date überzeugst
- Vertrauen nach einem Seitensprung wieder aufbauen
- Dating als alleinerziehende Mutter oder Vater
- Langfristige Beziehungen aufbauen nach dem ersten Date

## Partnerschaft und Ehe

- Deine Ehe vor der Scheidung retten
- Mit den Folgen einer Scheidung umgehen
- Verbessere dein Sexleben
- Kommunikation in der Partnerschaft verbessern
- Umgang mit Eifersucht in der Beziehung
- Wie man als Paar nach einer Krise wieder zueinander findet
- Beziehungstipps für langjährige Partnerschaften
- Umgang mit unterschiedlichen Lebenszielen in der Partnerschaft
- Wie man die Beziehung auch nach Jahren spannend hält

## Persönlichkeitsentwicklung

- **Produktivität**
  - Prokrastination überwinden
  - Zeitmanagement verbessern
  - Fokus und Konzentration steigern
- **Soziale Intelligenz**
  - Charisma und Gesprächsführung
  - Sozialer Status
  - Selbstbewusstsein
  - Öffentliche Reden halten
  - Netzwerken und Beziehungsaufbau
  - Körpersprache verstehen und einsetzen
- **Karriereentwicklung**
  - Neuen Job finden
  - Gehaltserhöhung verhandeln
  - Attraktiven Lebenslauf gestalten
  - Jobinterview meistern
  - Berufliche Weiterentwicklung und Aufstiegsmöglichkeiten
  - Karrierecoaching
- **Spiritualität**
  - Gesetz der Anziehung
  - Astrologie
  - Verschiedene Meditationsformen (Achtsamkeit, geführte Meditation, Mantra-Meditation)
  - Chakren und Energiearbeit
- **Persönlichkeitstypen**
  - Myers-Briggs-Typenindikator (MBTI)
  - Human Design

- Finanzielle Konflikte in der Ehe lösen
- Gemeinsame Ziele als Paar setzen
- Elternschaft und Partnerschaft in Einklang bringen

### **Familien- & Freundschaftsbeziehungen**

- Familienkonflikte lösen
- Erziehungstipps für eine gesunde Beziehung zu den Kindern
- Beziehungen zwischen Geschwistern stärken
- Konflikte mit Schwiegereltern bewältigen
- Umgang mit toxischen Familienmitgliedern
- Freundschaften aufrechterhalten
- Konflikte unter Freunden bewältigen
- Neue Freundschaften knüpfen als Erwachsener
- Langjährige Freundschaften pflegen
- Umgang mit toxischen Freundschaften
- Familienzusammenhalt trotz räumlicher Distanz

- Enneagramm
- Big Five Persönlichkeitstheorie

# → Hobbies & Leidenschaften

## Musik

- Gitarre lernen
- Klavier spielen lernen
- Singen lernen
- DJ-Techniken

## Tanzen

## Schreiben

- Romane schreiben
- Sachbücher schreiben
- Kinderbücher schreiben
- Kreatives Schreiben
- Kochbücher schreiben
- Memoiren schreiben

## Reisen

- Alleine reisen
- Reisen über 50
- Budgetreisen
- Abenteuerreisen planen

## Fotografie und Videografie

- DSLR-Fotografie
- Smartphone-Fotografie
- Videobearbeitung
- Reisevideografie
- Tierfotografie

## Sprachen lernen

- Spanisch für Anfänger
- Französisch in 30 Tagen
- Japanisch für Reisende

## Selbstversorgung

- Autark leben: Grundlagen der Selbstversorgung
- Eigenes Obst und Gemüse anbauen

## Kunst

- Zeichnen und Malen
- Aquarelltechniken
- Skulpturen erstellen

## Garten

- Gemüsegarten anlegen
- Hochbeet pflegen
- Orchideen pflegen
- Kräutergarten anlegen

## Haustiertraining

- Hundeerziehung
- Katzentraining
- Tierpflege und Gesundheit

## Handwerk

- Holzarbeiten
- Stricken und Häkeln
- DIY-Möbelbau
- Töpfern

## Kochen und Backen

- Veganes Kochen
- Internationale Küche (z. B. italienisch, asiatisch, mexikanisch)
- Brotbacken zu Hause
- Kuchen und Torten dekorieren

## Survival Skills

- Grundlagen des Überlebens in der Wildnis
- Feuer machen ohne Streichhölzer
- Trinkwasser finden und aufbereiten
- Nahrungssuche und essbare Pflanzen
- Erste Hilfe in der Wildnis
- Orientierung mit Karte und Kompass

- Hühnerhaltung im eigenen Garten

- Notunterkünfte bauen