



KATHRIN WILKE UND DOREEN GLOMB haben ihr berufliches Glück in der Fitnessbranche bereits gefunden.

Als Fitnesscoach beruflich durchstarten

In den letzten Jahren hat sich die Fitnessbranche zu einem attraktiven Arbeitgeber entwickelt. Viele Frauen, die in ihrem bisherigen Job nicht mehr glücklich sind, trauen sich, ihre Leidenschaft zu Fitness und Sport zum Beruf zu machen. Dass sich die berufliche Umentorichtung lohnt, zeigen auch die Beispiele von Doreen Glomb und Kathrin Wilke, die durch Weiterbildungen ihr berufliches Glück in der Fitnessbranche gefunden haben.

So sagt etwa Doreen Glomb über ihre jetzige Tätigkeit: „Personal Training ist mein Traumjob.“ Die ausgebildete Kfz-Mechanikerin war schon immer sehr sportbegeistert und absolvierte 2007 ihre erste Weiterbildung zur Group-Fitness-Trainerin beim Düsseldorfer IST-Studieninstitut. Anschließend bot Glomb in unterschiedlichen Studios Kurse wie Pilates oder Body Shaping sowie verschiedene Kinderfitnesskurse an. Aufgrund der großen Nachfrage gründete sie schließlich ihre eigene Firma. Nach Abschluss ihrer dann folgenden Weiterbildung zur „Personal Trainerin“ hat sie sich fast ausschließlich auf diesen Bereich spezialisiert.

Nachfrage nach Personal Training

„Die Nachfrage nach Personal Training ist in den letzten Jahren sehr stark gestiegen“, erklärt Doreen Glomb. „Ich selbst habe mittlerweile über 40 Kunden. Neben Einzelpersonen sind auch Paare dabei, die ich bei ihnen zu Hause trainiere. Zudem biete ich als Personal Trainee-

rin auch Firmenfitness für Mitarbeiter an – etwa ein halbstündiges Training, das sich auch in die Mittagspause einbauen lässt.“ Oftmals arbeitet die 37-Jährige gemeinsam mit ihrem Partner, der Masseur und Europameister im Kickboxen ist. „Wenn wir zusammen ein Personal Training durchführen, erhalten meine Kunden ein halbstündiges Muskelaufbautraining mit einem Elektrostimulationsgerät von miha bodytec, ein zwanzigminütiges Body-Workout zur Fettverbrennung und anschließend zur Entspannung eine Massage – in einer Stunde haben sie so ein umfangreiches Ganzkörpertraining absolviert“, erklärt Glomb. Das Thema Weiterbildung spielt beim Personal Training eine große Rolle, um auch aktuelle Trainingstrends anbieten zu können. Das weiß auch Glomb: „Weiterbildung ist heute mit das Wichtigste, um im Bereich Fitness und Sport erfolgreich zu werden und zu bleiben.“ Aktuell belegt die 37-Jährige deshalb die Weiterbildung „Medical Fitnesscoach“ beim IST, da präventives und rehabilitatives Training eine immer größere Bedeutung erhalten. Der Weg in

die Selbstständigkeit als Personal Trainerin war für Glomb genau das Richtige: „Durch die Weiterbildungen habe ich alle meine beruflichen Ziele erreicht. Allen, die als Trainerin tätig werden möchten, kann ich das IST als Experten für Weiterbildungen im Bereich Fitness empfehlen.“

Zufriedenheit und Vertrauen

Der Markt des Personal Trainings ist aber nicht nur bei Privatkunden stark gewachsen, sondern auch in Fitnessclubs steigt das Interesse nach persönlicher Trainingsbetreuung. Das erlebt Kathrin Wilke, die heute Personal Trainerin bei Fitness First ist. Als studierte Betriebswirtschaftlerin war sie unter anderem als Assistentin der Geschäftsführung bei Eduscho in Wien tätig, bevor sie eine Weiterbildung zur „Sport- und Fitnesstrainerin“ beim IST-Studieninstitut absolvierte. „Die Ausbildung war das Beste, was ich jemals gemacht habe. Ich habe das Gefühl, dass alles stimmt. Nach Abschluss habe ich direkt den Job bei Fitness First erhalten und innerhalb der ersten acht Wochen hatte ich bereits 15 Kunden.“ Die Arbeit im direkten Kontakt mit den Menschen macht ihr viel Spaß. „Der Job ist total abwechslungsreich und man bekommt so viel positives Feedback. Jeder Kunde erhält bei mir seine persönliche Betreuung und sein individuelles Training. Für mich ist es dabei immer wichtig, dass ich Qualität abliefern, keine Quantität – denn die Zufriedenheit und das Vertrauen meiner Kunden sind das Beste für mich“, betont Wilke. Wer sich für Weiterbildungsmöglichkeiten in der Fitnessbranche interessiert, kann sich beim IST-Studieninstitut informieren. Im August startet dort zum Beispiel das Fernstudium „Sport- und Fitnesstraining“, im Oktober unter anderem das 12-monatige IST-Diplom „Personal Training“. www.ist.de.