



## Man spricht über ihn: Andreas Bredenkamp

von Birgit Schwarze

**M**ehr als erstaunt war ich, als ich in der Oktober-Ausgabe 1999 der amerikanischen Fitness Management folgenden Artikel las. Unter dem Titel „Multi-personal Training“ führte der Autor in etwa wie folgt aus: Trainingsgruppen bzw. Einweisungsgruppen von ca. 5 Kunden motivieren den Interessenten zum Training und erleichtern ihm den Einstieg in einen Trainingsablauf. Auf der anderen Seite können von Seiten des Clubs die wirtschaftlichen und organisatorischen Belange des Studios wesentlich besser „unter einen Hut“ gebracht werden und beide Seiten sind zufrieden. Weiter führt der Autor aus: „Es ist kein Geheimnis, dass die meisten Leute nicht gern trainieren.“ Da hat er völlig Recht. Gemeinsam mit anderen geht es nun einmal besser. Schön, dass sich diese Erkenntnisse, die wir in Deutschland schon vor Jahren gewonnen haben, nun auch in den Vereinigten Staaten, dem Mutterland der Fitness, durchzusetzen scheinen.

Dass man auf der einen Seite den Kunden motivieren muss, auf der anderen Seite aber die wirtschaftlichen Belange des Centers auf keinen Fall vernachlässigen darf, diese alte Erkenntnis brachte Andreas Bredenkamp, ehemaliger Bodybuilding-Leistungssportler und Sportwissenschaftler aus Bünde bereits vor über 10 Jahren auf die Idee, sein spezifisches Trainerkonzept zu entwickeln.

**S**elbstbewusstsein, Kreativität und Ideen sind erforderlich, um die Dienstleistung Fitness, Figur und Gesundheit an die Frau und an den Mann zu bringen. Insofern befinden sich Studiobesitzer ständig im Spannungsfeld zwischen den Extremen Einzelbetreuung auf der einen und reine Aufsichtsfunktion auf der anderen Seite. Diese Problematik zu lösen, unter wirtschaftlichen und sportwissenschaftlichen Bedingungen und allen daraus resultierenden

Konsequenzen, hat sich Andreas Bredenkamp mit dem Trainerkonzept auf die Fahne geschrieben.

**F**akt ist, dass reine Massenabfertigung zur „Durchschleusepraxis“ verkommt und damit den Fitnessmarkt kaputtmacht. Reine Einzelbetreuung ist aber für den Großteil der Interessierten zu teuer und damit nicht akzeptabel. Hier greift jetzt das Trainerkonzept als qualifizierte Gruppenbetreuung und wie wir gehört haben, auch in den USA kommt man langsam zu dieser Erkenntnis.

Nach Schätzungen des DSSV arbeiten heute in Deutschland, Österreich und der Schweiz weit über 1.000 Fitness-

anlagen nach den grundlegenden Ideen von Andreas Bredenkamp.

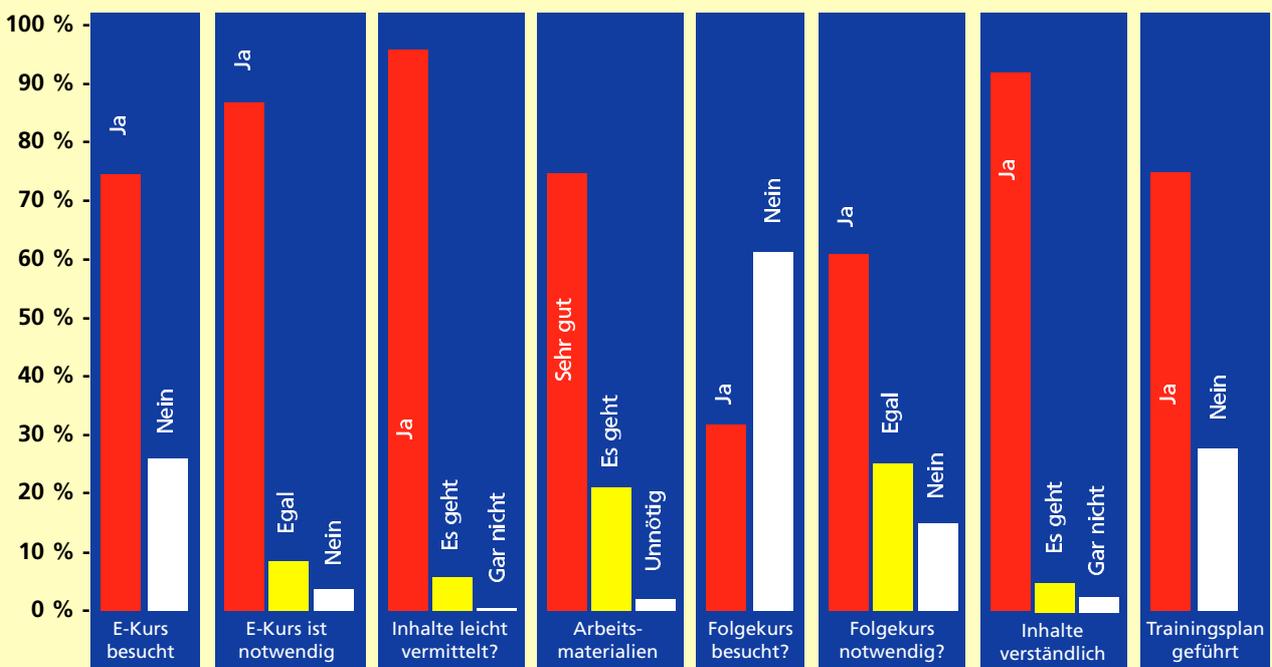
Fakt ist auch, dass das Trainerkonzept sicherlich das einzige auf dem Markt befindliche Betreuungssystem darstellt, das über einen Zeitraum von 10 Jahren entwickelt, erprobt, getestet und immer wieder den Bedürfnissen der Studios und ihrer Kunden angepasst worden ist, so dass für den Studiobesitzer ein entsprechender wirtschaftlicher Erfolg (das ist schließlich die Zielsetzung) gegeben ist. Eindrucksvoll wird diese Tatsache untermauert durch eine Mitgliederbefragung in Fitnessanlagen, die mit dem Trainerkonzept arbeiten. Mit Hilfe von anonymen Fragebögen wurden unter anderem die „basics“ dargestellt.

## MITGLIEDERBEFRAGUNG IN FITNESS-ANLAGEN, DIE NACH DEM TRAINERKONZEPT ARBEITEN

### Der Erfolg der Gruppeneinweisung wurde gemessen mit folgenden Fragen

1. Haben Sie den Einführungskurs besucht?
2. Halten Sie den Einführungskurs für notwendig?
3. Hat Ihnen der Trainer die Inhalte leicht verständlich vermitteln können?
4. Wie beurteilen Sie die Arbeitsmaterialien?
5. Haben Sie den Folgekurs besucht?
6. Halten Sie den Folgekurs für notwendig?
7. Hat Ihnen der Trainer die Inhalte leicht verständlich vermitteln können?
8. Führen Sie einen Trainingsplan?

## DER TRAININGSBEREICH

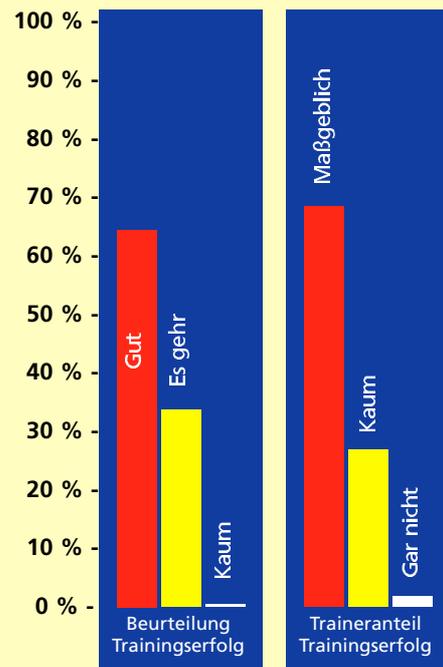


## PORTRAIT

Der Erfolg des Trainierenden/Kunden wurde gemessen mit folgenden Fragen

1. Wie beurteilen Sie Ihren Trainingserfolg?
2. Wenn der Erfolg vorhanden ist, haben die Trainer Anteil daran gehabt?

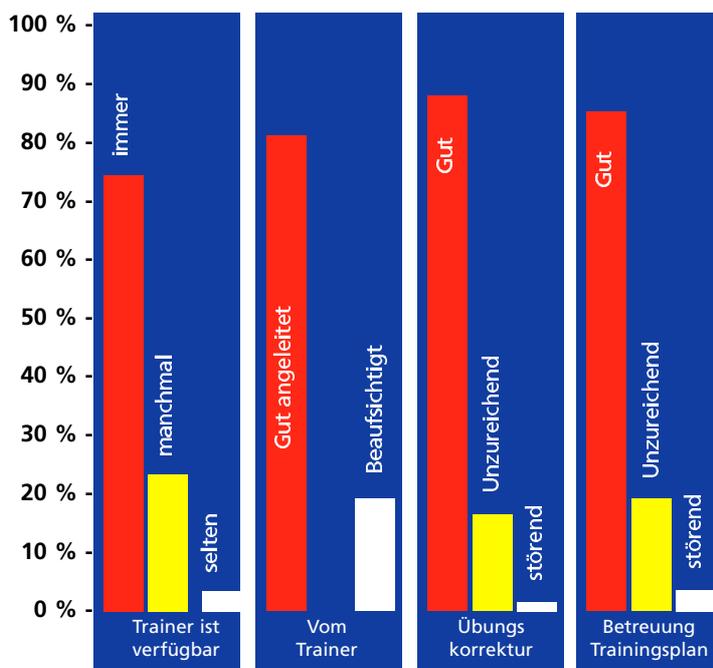
### DER TRAININGSERFOLG



Das subjektive „Erfolgsempfinden“ der Kunden wurde gemessen mit folgenden Fragen

1. Steht der Trainer zu den angegebenen Zeiten zur Verfügung?
2. Fühlen Sie sich von den Trainern eher beaufsichtigt oder gut angeleitet?
3. Wie beurteilen Sie die Übungskorrektur?
4. Wie beurteilen Sie die Betreuung Ihres Trainingsplanes?

## BETREUUNG AUF DER TRAININGSFLÄCHE



Insgesamt kann man erkennen, dass die Studios, die die Befragung mitgemacht haben, bei ihren Kunden sehr gut abgeschnitten haben. Die Mischung aus der Abfrage von Fakten und subjektiven Beurteilungen der Befragten ergibt somit ein aussagefähiges Bild über die Qualität der Studios, das „Erfolgsempfinden“ der Trainierenden und damit den wirtschaftlichen Erfolg der Fitnessanlage.