

## Experten-Interview: Karriere in der Fitnessbranche



**09.04.2009 Düsseldorf, 09.04.2009 - Fitness, Gesundheit und Prävention gewinnt für immer mehr Menschen an Bedeutung. Circa 5,5 Millionen Fitness-Begeisterte besuchen inzwischen über 6.000 Studios in Deutschland. Auch der Wunsch, in dieser Branche zu arbeiten, steigt. Hier berichtet Verena Wiechers vom Fachbereich „Fitness“ des IST-Studieninstituts über Voraussetzungen, die man mitbringen sollte, um in diese Branche einzusteigen und wie man dort dauerhaft erfolgreich arbeitet.**

### **Frau Wiechers, warum ist ein Job in der Fitnessbranche Ihrer Meinung nach erstrebenswert?**

*Verena Wiechers:* Es gibt zwei Fragen, die bei der Berufswahl von großer Bedeutung sind. Erstens: Wo liegen meine Talente und was macht mir Freude? Die Fitnessbranche macht Spaß, wenn man sehr kontaktfreudig ist, Sport liebt, Freude an der Arbeit mit Menschen hat und nicht den ganzen Tag am PC sitzen möchte. Man arbeitet mit sportlich-aktiven Menschen und es herrscht doch in gewisser Weise Freizeitatmosphäre – auch wenn die Arbeit sicherlich auch mal hart ist und die Arbeitszeiten nicht alltäglich sind. Positiv sind weiterhin die vielseitigen Arbeitsmöglichkeiten, die vom Service über Büro Tätigkeiten bis zur Trainingsbetreuung reichen. In der Regel herrscht dabei ein ungezwungener, lockerer Umgangston.

### **Und die zweite wichtige Frage?**

*Wiechers:* Welche Zukunftsaussichten hat der Beruf? Die Fitnessbranche hat sich in den letzten Jahren zu einem ernstzunehmenden Arbeitgeber entwickelt. Es gibt immer noch kleine „Fitness-Klitschen“, die ausschließlich auf ungelernete 400-Euro-Kräfte setzen, doch der Trend geht eindeutig zu seriösen Fitness- und Gesundheitsanbietern, die gut ausgebildete Fachkräfte in Voll- und Teilzeit anstellen. Aus den gesundheitspolitischen Entwicklungen lässt sich außerdem schließen, dass der Fitness- und Gesundheitsmarkt auch in den nächsten Jahrzehnten beständig sein wird.

### **Welche wichtigen Voraussetzungen und Kenntnisse muss ich für die Arbeit in der Fitnessbranche haben?**

*Wiechers:* Wie in jedem Beruf ist die Ausbildung bzw. das fachliche Know-how enorm wichtig. Je nachdem in welchem Bereich man arbeitet – Fitnessfläche, Kursbereich, Management u.s.w. – sind unterschiedliche Fachkenntnisse von Bedeutung. Als Fitnesstrainer oder Kursleiter zum Beispiel muss man in erster Linie über Wissen aus den Bereichen Anatomie, Physiologie und Trainingslehre verfügen, ein Studioleiter hingegen muss in kaufmännischen Angelegenheiten und dem Bereich Fitnessmanagement fit sein. Da Fitnessunternehmen in der Regel kleinere Unternehmen sind, in denen der Fitnesstrainer auch schon mal ein Verkaufsgespräch führen und der Studioleiter einen Aerobic-Kurs vertreten muss, ist es sinnvoll, sich neben der eigenen Spezialisierung übergreifendes Wissen anzueignen. Beispiel: Ist man ausgebildeter Fitnesstrainer, ist es sinnvoll, auch mal eine Sales-Schulung zu besuchen, ebenso sollte der Studioleiter auch in der Lage sein, Trainingspläne auszuarbeiten.

### **Und wie erwirbt man dieses notwendige Fachwissen?**

*Wiechers:* Es gibt zum einen die Möglichkeit, eine mehrjährige Ausbildung zu machen, zum Beispiel ein Sportstudium oder die betriebliche Ausbildung zum "[Sport- und Gesundheitstrainer \(IST\)](#) / [Sport- und Fitnesskaufmann \(IHK\)](#)", die das IST-Studieninstitut anbietet. Zum anderen gibt es die Möglichkeit des Quereinstiegs, das heißt, wer in einem anderen Beruf tätig ist, kann sich durch berufsbegleitende Weiterbildungen für einen Job in der Fitnessbranche qualifizieren. Hier gibt es vielfältige Möglichkeiten, von der „[Fitnesstraining B-Lizenz](#)“ bis zum „[Fitnessfachwirt \(IHK\)](#)“. Das IST bietet außerdem unter anderem noch das 12-monatige IST-Diplom „[Sport- und Fitnesstraining](#)“ an. Wichtig ist immer, auf die Qualität des Anbieters und der Inhalte zu achten.

**Wie genau erkennt man denn die Qualität einer Aus- oder Weiterbildung bzw. des Anbieters?**

*Wiechers:* Es gibt sogenannte „Ausbildungen“, die versprechen „Fitnesstrainer werden in 5 Tagen“. Mit solchen Ausbildungen spart man Geld und Zeit – findet aber später keinen Job. Die Ausbildung sollte umfangreiches theoretisches sowie praktisches Know-how vermitteln. Zwischen den Lehreinheiten sollten einige Wochen liegen, da man viel lernen muss. Das Ausbildungsinstitut sollte einen „guten Namen“ haben, bestenfalls schon mehrere Jahre etabliert sein. Weiterhin sollte es über öffentliche Qualitätsnachweise verfügen, wie zum Beispiel eine ISO-Zertifizierung oder bei Fernunterrichtskursen eine Zulassung der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU). Es macht auch Sinn zu prüfen, ob man bei einem Anruf oder einer Email-Anfrage schnell und gut beraten wird. Bei einem persönlichen Anruf lässt sich einfach testen, ob man souverän, kompetent und freundlich beraten wird.

**Abgesehen vom fachlichen Know-how: Gibt es persönliche Eigenschaften, die hilfreich sind?**

*Wiechers:* Qualifikation ist zwar Voraussetzung, nicht aber alleiniger Garant für Erfolg. Vielmehr gibt es drei entscheidende Kriterien für eine erfolgreiche Karriere: Erstens die Fachkompetenz, zweitens der persönliche Eindruck, den man bei Kunden wie Arbeitgebern hinterlässt und drittens der Bekanntheitsgrad, den man sich verschafft. Fachliches Know-how alleine reicht demnach nicht aus – wichtig sind die Soft Skills. Man muss die zwischenmenschliche Arbeit und den Kontakt zum Kunden professionell sowie empathisch gestalten. Dazu gehört ein souveränes und sympathisches Auftreten, das Vertrauenswürdigkeit und Kompetenz vermittelt. Weiterhin ein offener, freundlicher, humorvoller Umgangston, eine lebendige, empfängerorientierte Sprache, aktives Zuhören und individuelles Eingehen auf die Kunden sowie Motivationsfähigkeit.

**Kann die Arbeit in einem Fitness- oder Gesundheitsstudio auf Dauer langweilig werden oder gibt es Möglichkeiten der Abwechslung?**

*Wiechers:* Eine Fitnessanlage besteht normalerweise aus Empfang/Theke/Bistro, Büro/Verwaltung, Fitnessfläche, Kursbereich und Wellnessbereich. In Multifunktionsanlagen können noch Tennis, Indoor-Fußball oder Ähnliches dazukommen. Es bieten sich demnach die verschiedensten Arbeitsbereiche. Wer vielseitig ausgebildet ist, kann auch bereichsübergreifend arbeiten, so dass es kaum langweilig werden kann.

**Gibt es Aufstiegsmöglichkeiten?**

*Wiechers:* Die Wege nach oben sind in der Fitnessbranche kürzer als in anderen Branchen. Ich habe schon Azubis betreut, die unmittelbar nach ihrer Ausbildung zum „[Sport- und Gesundheitstrainer \(IST\)](#) / [Sport- und Fitnesskaufmann \(IHK\)](#)“ übernommen wurden und die Studioleitung übertragen bekamen. Als Arbeitnehmer im Trainingsbereich lohnt es sich immer, sich in Sachen Management weiterzubilden, wenn man eine leitende Funktion anstrebt.

**Wie wichtig ist die stetige Weiterbildung grundsätzlich? Muss man sich regelmäßig neues Fachwissen bzw. neue Qualifikationen aneignen?**

*Wiechers:* Die Fitnessbranche ist eine sehr trendorientierte Branche – wer nicht „up-to-date“ ist, kann nicht mithalten. Es gibt zwei Möglichkeiten: Entweder man entwickelt sich zum absoluten Experten auf einem Gebiet und bildet sich in diesem stetig weiter, oder man bildet sich möglichst vielseitig aus. Durch Lizenzen kann man sich für einzelne Arbeitsbereiche oder neue Trends qualifizieren und je mehr und je aktuellere Lizenzen man vorweisen kann, desto vielseitiger kann man eingesetzt werden.

**Gibt es in der Fitnessbranche spezielle Bereiche, die in Zukunft besonders gefragt sein werden und die besonders gute Jobaussichten versprechen?**

*Wiechers:* Die Klassiker Fitnesstrainer, Kursleiter, Servicekraft, Sales-Mitarbeiter und Studioleiter werden immer gefragt sein. Darüber hinaus sollte man sich für zukunftsweisende Trends fit machen. Es geht immer mehr in Richtung Gesundheitsbereich, das heißt Themen wie Prävention, Rückentraining oder Krankenkassen-Kurse sind von großer Bedeutung. Weiterhin geht der Trend zunehmend in Richtung „Body & Mind“. In der heutigen Zeit wird der berufliche und private Alltag der Menschen zunehmend komplexer, schnelllebiger und hektischer. Zudem stellen sich immer mehr Menschen die Frage nach dem „großen Ganzen“ oder dem „Sinn des Lebens“. Deshalb steigen in der Bevölkerung das Bedürfnis nach Trainingsmethoden, die gleichzeitig vitalisierend und entspannend wirken, sowie das Bedürfnis nach spiritueller Inspiration. Unter den „Body&Mind-Sportarten“ ist derzeit [Yoga](#) am beliebtesten, ähnlich gefragt sind auch [Pilates](#)- und [Entspannungstraining](#).

**Wenn man an Personal von Fitness-Studios denkt, hat man in der Regel junge Menschen vor Augen. Macht es auch für Ältere Sinn, in dieser Branche zu arbeiten bzw. was machen diejenigen, die dort arbeiten, wenn Sie älter werden?**

*Wiechers:* Tatsächlich macht das Arbeiten in der Fitnessbranche insbesondere jungen Menschen Spaß. Aber was genau bedeutet denn „jung“? In der heutigen Zeit bekommen Frauen über 40 Kinder und Rockbands haben ein Durchschnittsalter von 58... Das gefühlte und gelebte Alter ist ausschlaggebend! Dazu kommt, dass die immer älter werdende Fitnesskundschaft es durchaus begrüßt, wenn sie nicht nur von 20-jährigen „Grünschnäbeln“ betreut wird. Generell macht es natürlich Sinn, sich frühzeitig auch auf kaufmännische Aufgaben oder Managementtätigkeiten im Fitnessbereich vorzubereiten, wenn der Körper irgendwann nicht mehr so leistungsstark ist.

**Gibt es noch einen Tipp, den Sie Leuten, die in der Fitnessbranche arbeiten wollen, mit auf dem Weg geben können?**

*Wiechers:* Eine professionelle, disziplinierte Arbeitseinstellung gepaart mit offenen, lockeren und sympathischen Umgangsformen kommt bei Arbeitgebern und Kunden am Besten an!

**Frau Wiechers, wir bedanken uns für dieses Gespräch.**

Zur Person:

Verena Wiechers arbeitet im Fachbereich „[Fitness](#)“ beim IST-Studieninstitut. Die Diplom-Sportwissenschaftlerin verfügt über mehrere Trainingslizenzen und leitet seit vielen Jahren Group-Fitness-Kurse und Workshops in zahlreichen Fitness-Studios im Kölner Raum. Darüber hinaus hat sie bereits verschiedene Fitness-DVDs produziert. [www.verena-wiechers.de](http://www.verena-wiechers.de)