

Presseinformation

Erfolgversprechende Weiterbildung in turbulenten Zeiten:

Personal Trainer Ikone und Fitness-Expertin Jennifer Wade bietet qualifizierte und zertifizierte Ausbildung* zum Personal Trainer an
Strenges Auswahlverfahren: Teilnehmer erhalten nach bestandener Abschlussprüfung den geschützten Titel „Qualified Personal Trainer (QPT)“

Wer in diesen turbulenten Zeiten nach einem zweiten finanziellen Standbein sucht, dem sei die bekannte Buchautorin und Personal-Trainerin Jennifer Wade empfohlen: Die Münchnerin hat ein Ausbildungsprogramm für angehende Personal-Trainer entwickelt, das sie in München und Bad Homburg anbietet. „Innerhalb eines Jahres lernen die Teilnehmer alles rund um die Themen Fitness und gesunde Ernährung. Auch Betriebswirtschaft steht auf dem Programm“, berichtet Wade. Am Ende der insgesamt einjährigen Ausbildung steht eine Prüfung. Wer Theorie- und Praxisteil besteht, darf sich mit dem geschützten Titel „Qualified Personal Trainer (QPT)“ schmücken.

Die Ausbildung zum Qualified Personal Trainer umfasst acht Module; „Unsere Lehrer vermitteln nicht nur fachliches Wissen, sondern auch soziale Kompetenz, eigenverantwortliches Handeln und eine strukturierte Arbeitsweise verbunden mit den von mir eigens entwickelten Trainingstechniken“, erklärt Wade. Die Ausbildungsmodule werden von einem Team aus erfahrenen Referenten, Sportwissenschaftlern, Ernährungswissenschaftlern und Physiotherapeuten sowie Ärzten unterstützt. Ihre auf langjähriger Erfahrung basierende Ausbildung gilt als eines der führenden privaten Bildungsangebote. Teil der Prüfung ist die praktische Arbeit mit mehreren Probanden und das Weitergeben der einzigartigen Techniken und der präzisen Arbeit für den Kunden.

Wade gilt als Ikone des Personal Trainings

Die gebürtige Amerikanerin blickt inzwischen auf mehr als 30 Jahre Tätigkeit als Personal Trainerin zurück. Wade gilt als Ikone in diesem Bereich und hat das Personal Training nach Deutschland gebracht. Bereits Mitte der 1990er Jahre entwickelte sie für Deutschland, Schweiz und Österreich unter dem Namen QPT die erste qualifizierte und zertifizierte Personal-Training-Ausbildung. Europaweit haben sie inzwischen mehrere Hunderte Personal Trainer erfolgreich absolviert.

Die Ausbildung gilt als Türöffner für anspruchsvolle Kunden. Dazu zählen laut Wade gesundheitsbewusste Menschen: „Überwiegend Manager und Karrierefrauen, ebenso wie Prominente oder Profi und Leistungssportler, die mithilfe eines individuellen Personal-Training ihre Lebensqualität und Leistungsfähigkeit steigern wollen.“ Den typischen Personal Trainer gibt es zwar nicht, jedoch kommen viele Interessenten aus dem Bereich Gesundheit. „Die Ausbildung zum QPT absolvieren vor allem Sportlehrer, Fitnesstrainer, Ernährungsberater, Krankenpfleger, Masseur, Physiotherapeuten und Ärzte“, hat Wade beobachtet.

Gesundheitsbewusstsein und Genauigkeit haben Priorität

Zu den QPT®-Qualified Personal Trainern, die ihre Ausbildung im vergangenen Jahr absolviert haben, zählt Dr. Anne Jakewitz aus Berlin. Sie betrachtet den QPT als Zusatzqualifikation und zweites Standbein: „Durch die intensive Ausbildung kann ich noch besser und umfassender auf die Probleme meiner Patienten eingehen“, berichtet die Internistin. Nina Duziak aus Hamburg hat das Qualified Personal Training 2006 absolviert: „Gesundheitsbewusstsein und Genauigkeit werden bei mir großgeschrieben und vor allen Dingen auch gelebt“, sagt die Trainerin.

Auch Brigitte Martin musste zunächst, wie alle Interessenten, durch ein strenges Auswahlverfahren. Wer sich heute in ihre Hände begibt, erfährt ein Personal Training der besonderen Art: Die Mutter von vier Kindern aus dem Süden Münchens arbeitet an ihrem Gegenüber ganzheitlich und präzise. Bevor Martin mit dem Training beginnt, prüft sie ihre Kunden auf Herz und Nieren: Gewicht, Größe, ein Herz-

Kreislauf-Check, krankheitsbedingte Vorgeschichten, Hobbys, das Trainingsziel und viele mehr. Alles wird abgefragt und ausgewertet, damit sie ein individuell auf den Kunden zugeschnittenes Programm ausarbeiten kann.

Hilfestellung auch in Ernährungsfragen

Auch Eleonore Vigener aus Frankfurt hat sich spezialisiert und arbeitet seit 2004 als QPT: „Dank der Qualität der Ausbildung habe ich viele neue Kunden kennengelernt“, berichtet die ehemalige Produktentwicklerin bei einer großen Bank. Die Qualified Personal Trainerin erstellt nicht nur ein passendes Bewegungsprogramm, sondern gibt auch Hilfestellung in Ernährungsfragen: „Mitunter führt eine einseitige Ernährung zu Müdigkeit, Obst und Gemüse können helfen“, so Vigener. Robert Worst aus Nürnberg informiert wie die meisten QPTs auf einer eigenen Internetseite über sich und seine Angebote. „In diesem Jahr werde ich erstmals die Ausbildung in Bad Homburg bei Frankfurt leiten“, berichtet Worst stolz.

***Die QPT® Qualified Personal Trainer Ausbildung ist seit 1998 ein eingetragenes Markenzeichen in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Somit hat Jennifer Wade als Personal-Trainer und Personal-Fitness-Expertin mit QPT® Qualified Personal Trainer eine Art Gütesiegel für Trainer ins Leben gerufen.**