

Kundenbindung durch seriöse Gesundheitsprävention im Fitnessstudio

Körperliche Aktivität und sportliches Training sind ein zentrales Element in der Gesundheitsprävention, da sie langfristig helfen vor Risiken wie z. B. Übergewicht, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu schützen. Vorsorge ist daher auch in der Fitnessbranche ein wichtiges Thema, denn Kunden erwarten in Fitnessstudios neben Trainingsmöglichkeiten auch Gesundheitsförderung und -beratung. Viele Studiobetreiber haben bereits erkannt, dass sich die Ansprüche ihrer Kunden verändert haben, und integrieren Konzepte zur Gesundheitsförderung mehr oder weniger erfolgreich in ihren Anlagen. Die Angebote reichen von der individuellen Trainingsplanerstellung bis hin zur Ernährungsberatung.

Um wettbewerbsfähig zu bleiben, möchten sich viele Fitnessstudios klar von Discountern differenzieren und sich stattdessen als Gesundheitsanbieter etablieren. Auf diese Weise können auch neue Kunden gewonnen werden, die grossen Wert auf persönliche Betreuung und einen individuellen Trainingsplan legen. Doch vor allem die Bindung bestehender Kunden kann durch attraktive Gesundheitsangebote gestärkt werden. Gerade hier ist aber darauf zu achten, eine seriöse und fundierte Gesundheitsberatung anbieten zu können, da die Fluktuationsraten ansteigen, sobald die erwarteten Leistungen nicht ausreichend und kompetent erfüllt werden. Daraus könnte dann neben einem hohen wirtschaftlichen Schaden gleich noch ein Imageschaden entstehen.

Jedes Training muss auf Erfolg abzielen, um Kunden zu motivieren, zu halten und zu gewinnen. Diese Erfolge müssen individuell und gemeinsam mit dem Kunden definiert und entsprechend in einem Trainingsplan festgehalten werden. Als Basis für die Trainingsziele sollte beim Eingangsscheck eine verlässliche und wiederholbare Messung der Körperzusammensetzung dienen. Besonders wichtig ist dabei, dass die Körperzusammensetzungsanalyse präzise, schnell und einfach durchführbar ist und

die wichtigsten Daten des Kunden übersichtlich darstellt. Nur so kann auf die jeweiligen körperlichen Voraussetzungen des Einzelnen genau eingegangen und Fortschritte im Trainingsverlauf dokumentiert werden. Bei der Wahl eines Analysegerätes sollte ein hoher Anspruch im Vordergrund stehen, da sich diese nicht nur preislich, sondern auch qualitativ stark unterscheiden. Für eine umfassende Körperanalyse eignen sich tetrapolare-8-Elektroden BIA*-Geräte viel besser als eine billige und ungenaue Fettmesswaage, die den Trainer eher in Erklärungsnot bringt. Anhand der ausgewerteten Messergebnisse von hochwertigen Geräten lassen sich Übergewicht und weitere Gesundheitsrisiken, die z. B. Osteoporose, Adipositas und Diabetes verursachen können, leichter erkennen. Hierbei ist zu beachten, dass die Ergebnisse ausschliesslich auf Messungen beruhen sollten und nicht wie bei einem Grossteil der erhältlichen Geräte von Schätzungen beeinflusst werden, die sich auf statische Parameter wie Geschlecht, Alter oder sportliche Aktivität stützen. Die Geräte der Marke InBody erfüllen diese Kriterien und bieten darüber hinaus auch eine direkt-segmentale Analyse der Muskel- und Fettmasse, bei der sich die Veränderungen der Muskulatur und des Fettanteils in den verschiedenen Körpersegmenten (Arme, Beine und Rumpf) erkennen lassen. Anhand einer solchen Messung können Trainingsziele sogar etappenweise definiert und Erfolge sichtbar gemacht werden. Die Trainingsmotivation des Kunden wächst, da er ein klares Ziel vor Augen hat und diesem auch bis zum nächsten Termin näher kommen möchte. Durch die regelmässigen Messungen mit Beratung wird so die Kundenbindung an das Fitnessstudio gefestigt. Auch bei der Neukundengewinnung kann eine seriöse und ausführliche

Analysis der Körperzusammensetzung erheblich die Vertragsabschlussrate fördern, da Kompetenz und persönliche Betreuung von Anfang an in den Vordergrund gestellt werden. Dem Kunden werden Gesundheitsrisiken und Trainingsdefizite aufgezeigt, aber dann sofort die passenden Lösungsmöglichkeiten in der Fitnessanlage angeboten.

*Bioelektrische-Impedanz-Analyse

Info: www.inbody.de



Der InBody 720 bietet eine fundierte Körperzusammensetzungsanalyse