

Das Personal Training Konzept „Diät und Sport“ hat sich im Kieler Raum erfolgreich bewährt

Datum: 19.08.2011 13:09

Kategorie: Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: personal-trainer-kiel



Personal Trainer Kiel

Was erwartet man von einem Personal Trainer? Viele Menschen sehen sich da nur dauerschwitzend unter Drill Gewichte stemmen oder 100 Liegestützen hintereinander machen. Aber der richtige Personal Trainer weiß es da besser: André Leisner bringt nun seit fast 2 Jahren einen festen Kundenstamm sowie regelmäßig Neukunden sein einheitliches Trainingskonzept näher. Es umfasst nämlich nicht nur ein Sportprogramm, sondern einen abgestimmten Ernährungsplan für jeden Kunden persönlich. „Jeder Mensch ist anders; hat andere Vorstellungen von seinem Idealgewicht und natürlich opfert jeder verschieden viel Zeit für sein Sportprogramm“, betont André Leisner, „da macht es einfach Sinn für jeden meiner Kunden ein individuelles Programm zu konstruieren mit dem er sich wohlfühlt.“

Die Rechnung geht auf und das Feedback seiner Kunden gibt dem Kieler Personal Trainer recht: Mit großen Ambitionen geht André Leisner auf die Männer und Frauen ein und versucht genau ihre Bedürfnisse und Wunschziele zu erfüllen. Mal kann er da mit einem strengeren Tonfall die Motivation wecken und alles aus einem Kunden herausholen, mal muss er schonend jemanden zu einer Ernährungsumstellung bewegen. André Leisner ergänzt: „Mir ist wichtig, dass ich auf jeden meiner Kunden angemessen eingehe, so dass sich alle wohlfühlen. Es bringt nichts, wenn ich jemanden auf ein Laufband zwingen, wenn er da noch nicht für bereit ist.“

Und wie soll es weiter gehen? André Leisner, der auch weite Strecken zu seinen Kunden fährt, setzt voll auf eine persönliche und individuelle Betreuung. Er bietet Training und Ernährungsberatung auch in den eigenen vier Wänden an. Die Devise „Diät und Sport“ möchte er weiter ausbauen und noch stärker an der Nachhaltigkeit seiner Personal Trainingspläne arbeiten. Die Rückfallquote lässt sich schwer kontrollieren, aber das Wichtigste ist, dass Kunden, die große Erfolge durch sein Personal Training in Kiel und Umgebung gefeiert haben, auch nach den Treffen in Zukunft am Ball bleiben.

Diese Pressemitteilung wurde auf openPR veröffentlicht.

Kontaktdaten:

Personal-Trainer-Kiel

André Leisner

Projensdorfer Str. 150

24106 Kiel

Mobilnummer: 01 76 - 784 944 83

E-Mail: [info\(at\)personal-trainer-kiel.de](mailto:info@personal-trainer-kiel.de)

Website: www.personal-trainer-kiel.de

Personal-Trainer-Kiel wurde Mitte Dezember 2009 gegründet. André Leisner bietet Kunden den Service zu hause, im Büro oder an frei gewählten Orten in Kiel und Umgebung Sport zu treiben. Individuell an einen Kunden angepasst.

In einem kostenlosen Erstgespräch wird genau festgehalten welches Ziel der Kunde mit einem Gesundheits- oder Fitnesstraining anstrebt. Aus den gewonnenen Daten wird ein individueller Trainingsplan erstellt und begleitet.