



# Din framtid finns i träningsbranschen

Träningsbranschen växer så det knakar – trots finanskrisen. Och i kristider satsas det på utbildning.

Har du funderat på att plugga till PT, gruppträninginstruktör eller kostrådgivare så är nu ett riktigt bra tillfälle.

**Text** Anna-Lena Petterson och Marie Kjellnäs **Foto** Getty Images



### Länklista på nätet!

Utbudet av träningsutbildningar har formli-  
gen exploderat på senare år, vilket gör det  
omöjligt att ha en heltäckande guide i tid-  
ningen. På [fitness-magazine.com](http://fitness-magazine.com) hittar du  
snabbfakta om och länkar till ett stort antal  
utbildningsföretag som erbjuder kurser inom  
segmentet träning och kost.



**M**ånga av Fitness Magazines läsare ser sin träning som något mer än bara en hobby eller ett fritidsintresse. Det är en livsstil. Mot den bakgrunden är det inte konstigt att allt fler väljer att säga upp sig från kontorsjobb, förskolor och sjukhus för att istället satsa på en karriär i hälsans tecken.

En rundringning till de etablerade utbildningsföretagen i vår bransch bekräftar att kurserna fylls allt snabbare så här i kristider. Bland annat av dem som drabbats av trista nedskärningar, och beslutat sig för att satsa på en ny bransch som andas optimism och framtidstro.

Varför just friskvårdsbranschen rör sig motströms i lågkonjunkturen, brukar förklaras med att människor generellt avstår från stora inköp men fortsätter unna sig i det lilla. Ingen ny bil – men ekologisk parmesanost på fullkornspastan. Ingen sommarstuga att varva ner vid – men ett årskort på närmsta yogastudio. När samhället och ekonomin vacklar känns det naturligt att satsa på den egna kroppen och hälsan, det blir en investering som känns både konkret och lite lagom lyxig.

### Att mötas – eller inte

När fler vill träna oftare och få resultat, behövs fler anställda på träningsanläggningarna. Både etablerade och nybakade utbildningsföretag gör sitt bästa för att möta de ökande kraven och önskningarna.

Utbildningsföretaget Safe ingår i samma koncern som gymkedjan Sats och har utbildat instruktörer sedan 1990. Verksamhetschefen Camilla Kostenniemi menar att det idag är viktigare än någonsin att vara tydlig med varför man ska utbilda sig hos just dem, när det finns fler aktörer på marknaden.

– Vi kör på lärarledd undervisning från början till slut, lärarteamet är vår styrka. Vi tror mycket på mötet mellan människor, säger hon.

En konkurrent till Safe är Toppakademin, Korpens och Sveriges akademiska idrottsförbunds satsning på instruktörsutveckling. Deras verksamhetschef Karin Sundström pratar också om möten och närhet, de arbetar efter modellen att leverera utbildning direkt till kunden.

– Vi jobbar mycket med små grupper så att den enskilda instruktören kan få mycket personlig feedback, både vad gäller teknik och det egna ledarskapet, säger hon.

De etablerade utbildningsmetoderna har på senare år fått sällskap av otaliga webbaserade varianter, där allt från undervisning till examination sker på distans via nätet. Du kan utbilda dig till kostrådgivare, mental coach och läsa anatomi – bland mycket annat – för en ofta billig penning. Hur väl man lyckas med en utbildning som bygger på självstudier beror förstås inte bara på utbildningens kvalitet, utan i hög grad på hur man tar till sig kunskap bäst.

### Alla gillar konkurrens

Det senaste decenniet har personlig träning växt enormt, idag hör vi talas om anläggningar som säljer PT-timmar för uppåt en halv miljon kronor i månaden. Behovet av utbildade tränare är stort på

Spinning är fortsatt hett! Välj utbildningsföretag i listan på [fitness-magazine.com](http://fitness-magazine.com).

många håll – och vägarna till PT-yrket har blivit fler.

En av de nyaste aktörerna i denna nisch är Göteborgsbaserade Fustra, som sedan 2007 utbildar personliga tränare enligt det brittiska konceptet Fusion Functional Training. Jarkko Kortelainen, rektor på Fustra, vet att konkurrensen är tuff i utbildningsbranschen.

– Vi ställer höga krav på dem vi utbildar, ingen som kommer ut från vår utbildning ska sedan misslyckas som personlig tränare. Gör de det får vi dåligt rykte efter ett tag och då kommer vi till slut att försvinna, konstaterar han.

Även om PT-kunderna numera står på kö utanför vissa anläggningar, kan det på andra håll vara svårt att locka medlemmarna att betala extra för individuella tjänster. Jarkko Kortelainen säger att lärarteamet på Fustra har stor erfarenhet av att jobba som anställda, hyra in sig på gym och driva eget – och därmed känner till de olika villkoren. De utbildar sina personliga tränare i konsten att sälja sig själv som PT och hur man slipper spendera en stor del av sin tid på att jaga nya klienter.

Samtliga utbildningsföretag vi pratat med är positiva till den ökande konkurrensen och tror sig ha utarbetat koncept som håller i längden.

– Om vi var ensamma på marknaden hade vi inte hållit lika hög nivå. Ökad konkurrens är snarare utmanande och utvecklande, säger Camilla Kostenniemi på Safe.

### Helheten är framtiden

När medvinden viner kan man förstås kosta på sig att uppskatta sina konkurrenter lite extra. Ingen av dem vi intervjuat verkar dock luta sig tillbaka i solstolen och njuta av rådande framgångar, mer än för någon minut. Nu är nämligen en bra tid för att utveckla sitt koncept och bygga sitt varumärke.

Camilla Kostenniemi konstaterar att träningsbranschens anseende har höjts på senare år. Det är numera en bransch som tas på största allvar och inte kan avfärdas som hobbyverksamhet. Hon ser fler karriärmöjligheter för personer som jobbar i branschen, inom såväl träning som försäljning och ledarskap.

Toppakademins Karin Sundström fyller i att trenden med allt bredare utbud på trä-

ningsanläggningarna tycks hålla i sig. Hon tror på ett än mer utvecklat helhetstänk i framtiden.

– Anläggningarna har redan börjat satsa mer på till exempel rehab och kostrådgivning och jag tror att allt fler kommer att ta in nya verksamheter. Och där måste utbildningsföretagen naturligtvis hänga med, säger hon.

När det gäller personlig träning tror Jarkko Kortelainen på ökad specialisering de närmaste åren – något som redan syns i flera av utbildningsföretagens kurslistor. Istället för att kämpa var och en för sig kommer många personliga tränare att nyscha sig, och inleda samarbeten med PT-kollegor som har andra specialområden. På så vis kan man erbjuda kunden en gedigen helhetslösning. ●

Idag finns en rad vägar till PT-yrket. Du hittar de viktigaste länkarna i vår utbildningslista på [fitness-magazine.com](http://fitness-magazine.com).