



Personal training manifesteert zich nauwelijks Simone Meijer, Delphin Balance: “PT is nog steeds een onbekend fenomeen”

Wie al een tijdje in de fitnessbranche rondloopt, weet dat veel van wat als nieuw wordt aangekondigd, vaak al eens eerder nieuw werd gepresenteerd. Personal Training is zo'n verschijnsel dat zo'n lange traditie heeft en vaak weer als nieuw wordt geïntroduceerd. Simone Meijer, oprichter van en personal trainer bij Delphin Balance in Paterswolde, beoefent haar vak ook al geruime tijd. “In al die jaren is PT nooit structureel ingeburgerd. Het blijft een onbekend fenomeen voor de meeste mensen.”

Een paar jaar geleden werd Club PT opgericht. De organisatie stelde zich als doel PT-ers te bundelen en middels een inschrijving op de websites mypt.nl en mypersonaltrainer.nl de diensten van de aangesloten personal trainers onder aandacht van

‘het grote publiek’ te brengen. Dat leek een nieuw initiatief, maar is het natuurlijk niet. ‘Vroegûh’ in 1994 om precies te zijn, was er de Personal Fitness Training Society. De oprichter, André van Spaandonck van indertijd het Haagse Sporting Special,

wilde ook de krachten van PT-ers bundelen. In 2002 hing Van Spaandonck zijn PFTS aan de wilgen en vertrok richting Luxemburg, waar hij, zo leert even googlen, de PFTS onlangs weer nieuw leven inblies.

Nog onzichtbaar

Simone Meijer is ook al een tijdje personal trainer. Ze komt uit de organisatie- en advieswereld en was al actief als personal coach. “Het alleen intellectueel coachen van mensen vond ik uiteindelijk niet voldoende. Je moet ook fysiek fit zijn wil je je doelen bereiken. Ik heb een aantal aanvullende specifieke cursussen gevolgd als life-



style coach, fitnessstrainer A en medische fitness, zodat ik mijn klanten nu op alle vlakken kan begeleiden.”

Dat personal training nogal onzichtbaar is, merkt ze aan de manier waarop ze aan haar klanten komt. “Dat is toch voornamelijk door mond-tot-mond reclame. Ik ben begonnen met presentaties bij verloskundigen en dat sprak zich rond. Daarnaast, omdat Delphin Balance in een gezondheidscentrum is gevestigd, komen de nieuwe klanten binnen via de fysiotherapeut en sportdiëtist met wie ik samenwerk. Het komt dus eigenlijk allemaal uit een netwerk. Hier in het Noorden is personal training voor particulieren nog vrij onbekend. Van concurrentie is nauwelijks sprake. Als ik kijk naar websites met adressen van PT-ers, dan concentreert zich dat in het westen van het land. Dan lijkt het heel wat, maar schijn bedriegt. In al die jaren is PT nooit structureel ingeburgerd. Het blijft een onbekend fenomeen voor de meeste mensen.”

Onderzoek van Floor Kok, gedaan in het kader van haar opleiding Sport, Management en Ondernemen aan de ALO in Amsterdam (het onderzoek vind je in BB 01 2007) bevestigt Simone Meijers gelijk. Zo'n zestig bedrijven bieden PT als hoofddienst aan. Het merendeel is na 2001 gestart –en een derde zelfs korter dan een jaar– met het aanbieden van PT. Hoeveel er nog van over zijn of dat hun aantal is gegroeid is niet bekend. Het onderzoek maakt ook duidelijk dat het PT-aanbod zich concentreert in het westen rond de grote steden.

Nieuw pand

Dat personal training een dienst is waar je een bedrijf op kunt bouwen, blijkt wel. Binnenkort opent schaatscoach Gerard Kemkers het nieuwe pand van Delphin Balance. Of personal training een dienst is die je grootschalig kunt aanbieden, is voor Simone Meijer nog de vraag. “Ik geef nu twintig tot vijftientwintig uur per week PT.

Dat is voornamelijk aan mensen die het zich kunnen 'permitteren', want zo duur is PT nu ook weer niet. Dat zijn vooral ondernemers, vrouwen van ondernemers en van tijd tot tijd werknemers met bijvoorbeeld rugklachten. Vaak wordt voor hen PT betaald door hun werkgever. Er zijn natuurlijk wel een aantal PT-bedrijven die grootschaliger werken, maar dat zijn de spreekwoordelijke uitzonderingen. Zolang fitnesscentra ambivalent blijven over PT –en dat blijft zo zolang de reguliere begeleiding in fitnesscentra minimaal is– zal PT niet structureel inburgeren. Een lidmaatschap nemen bij een fitnesscentrum is inmiddels voor veel mensen al redelijk vertrouwd, maar een PT-er inhuren blijft toch iets voor de rijken en BN-ers. Zolang PT dat imago heeft, blijft het in de marge. Toch is er wel een potentie in de markt. Het aantal ouderen met geld neemt fors toe. Ze hebben zin in meer bewegen, maar weten PT-ers niet te vinden. Iedereen blijft dus een beetje in dezelfde vijver vissen.” (G.W.)