

# MRS.SPORTY

Karrieremagazin



## BEGEISTERUNG IM JOB

Special Themen:

Dual-Studium | Aus- und Weiterbildungen | Selbstständigkeit  
mit Mrs.Sporty in der Fitness- und Gesundheitsbranche

Stories und Hintergründe  
über den Arbeitgeber  
und das Franchisesystem Mrs.Sporty.

*Vorsicht! Dieses Magazin kann inspirierend wirken  
und plötzliche Luftsprünge verursachen.*

# BEGEISTERUNG

Ein schönes Wort: Begeisterung! Bei Mrs.Sporty dreht sich alles darum. Dass Frauen gerne mehr Sport treiben, ist uns eine Herzensangelegenheit. Mit Stolz können wir heute sagen, dass über 200.000 Frauen in acht Ländern mit unserem Konzept trainieren. Ein Konzept, das nur auf ihre Bedürfnisse abgestimmt ist und ihnen Spaß und Erfolge im Training bringt.

Hinter unserem Erfolg stehen über 300 Mrs.Sporty Club-Inhaber\*innen – unsere Franchise-Partner\*innen – ihre Teams und alle Mitarbeiter\*innen der Franchise-Zentrale Berlin. Wir kennen die Bedürfnisse und Ziele unserer Mitglieder und nehmen sie ernst. Wir unterstützen und begeistern sie gerne für einen gesunden Lebensstil. Unser Erfolgsrezept? Leidenschaft für Sport und Können.

*“Mrs.Sporty ist mit über 500 Clubs der marktführende Anbieter für Frauenfitness und eines der führenden Franchise-Systeme.”*



## UNSER TRAUM. UNSERE VISION.

Dass alle Frauen jede Sekunde ihres Lebens genießen, sich wohl fühlen und ihren Alltag mit Leichtigkeit meistern können, ist unsere Vision. Sport und eine gesunde Ernährung ist ein wesentlicher Erfolgsgarant für ein gesundes Leben. Deshalb unterstützen das Konzept und alle Mitarbeiter\*innen von Mrs.Sporty Frauen dabei, regelmäßige Bewegung und eine abwechslungsreiche Ernährung in ihren Alltag zu integrieren. Dabei sind wir immer offen für Neues und entwickeln Mrs.Sporty ständig weiter.

Niclas Bönström  
Gründer/CEO Mrs.Sporty

**BESTES  
FRANCHISE  
SYSTEM** 2017  
2014  
2013  
2012

# INHALT

Was steckt eigentlich hinter der erfolgreichsten Frauenfitnesskette Europas? Das haben wir Menschen gefragt, die täglich Mrs.Sporty leben: Unsere Franchise-Partner\*innen und ihre Mitarbeiter\*innen. Sie tun viel Gutes, sie leisten viel und gemeinsam entwickeln sie die Marke Mrs.Sporty weiter. Mit ihren Geschichten tauchen wir in die spannende Arbeitswelt der Mrs.Sporty Community ein und blicken hinter die Kulissen der pinken Fitnessmarke.

---

4 - 9

## **DAS MRS.SPORTY KONZEPT**

- | Ein Blick auf die Produkte von Mrs.Sporty Clubs
- | Das Erfolgsgeheimnis Boutique-Fitness

10 - 11

## **JOBS UND PERSPEKTIVEN**

- | Überblick Jobs in Mrs.Sporty Clubs und in der Franchise-Zentrale Berlin

12 - 35

## **CLEVER STUDIEREN! DUAL STUDIUM MIT MRS.SPORTY**

- | Story - Jonas Koch, Dual Student Fitnessökonomie
  - | Vorteile dual studieren mit Mrs.Sporty
  - | Tipps für angehende Student\*innen
- | Story - Christina Janikulla, Dual Studentin Fitnessökonomie
- | Story - Hendrik Ingenhaag, Dual Student Ernährungsberatung

36 - 37

## **FUNKTIONELLES TRAINING**

- | Wie funktionelles Training uns fit für den Alltag macht

38 - 51

## **HÖHER. SCHNELLER. WEITERBILDUNG.**

- | Story - Franziska Steiner, Trainerin und Produkt-Managerin
  - | Weiterbildungsangebote der Mrs.Sporty Academy
- | Story - Kai Stille, Fitness-Trainer auf dem Weg zum Club-Manager
- | Story - Jennifer Plassmann, Regional-/Club-Managerin und Coach

52 - 73

## **GEMEINSAME SACHE MACHEN. FRANCHISE!**

- | Story - Cortina Bauer, Franchisepartnerin
- | Traust du dich? Selbsttest „Franchise-Partner\*in von Mrs.Sporty werden?“
- | Selfmade mit Franchise: Unternehmer\*innen und ihre Motivation einen oder mehrere Mrs.Sporty Clubs zu betreiben.
- | Story - Bianca Schumann, International Business Consultant

# DAS MRS.SPORY KONZEPT: VON FRAUEN GELIEBT

Die meisten Frauen haben wenig Zeit für sich selbst, wollen jedoch sehr gerne etwas für ihre Gesundheit tun. Sportliche Aktivitäten und gesunde Ernährung sollen Spaß machen, schnell Wirkung zeigen und sich unkompliziert in den stressigen Alltag integrieren lassen. Dabei möchten Frauen am liebsten professionell begleitet werden. Das Mrs.Sporty Club Konzept bietet eine Lösung für genau diese Bedürfnisse.



# DAS MRS.SPORTY KONZEPT:



## **FUNKTIONELLES TRAINING**

EFFEKTIV,  
ABWECHSLUNGSREICH,  
30-MIN. TRAININGSEINHEITEN



## **INDIVIDUALITÄT**

INDIVIDUELLE  
TRAININGSPLÄNE, VIELFÄLTIGE  
ÜBUNGEN JE NACH LEVEL



## **ERNÄHRUNGSPROGRAMM**

ERGÄNZUNG ZUM TRAINING,  
ERNÄHRUNGSUMSTELLUNG,  
REZEPTE



## **MOTIVATION**

TRAINER\*INNEN  
BEGLEITEN PERSÖNLICH,  
ZIELERREICHUNG



## **ATMOSPHÄRE**

TRAINING UNTER FRAUEN,  
MODERNE AUSSTATTUNG,  
EVENTS



## **FLEXIBILITÄT**

ÖFFNUNGSZEITEN  
TÄGLICH  
VON 6-22 UHR



## **BEWEGUNGSANALYSE**

ERKENNUNG  
VON DYSBALANCEN



## **FASZIENTRAINING**

VERBESSERUNG  
DER BEWEGLICHKEIT,  
VERSANNUNGEN LÖSEN,  
SCHMERZEN LINDERN



## **REGENERATION**

LYMPHMASSEGE  
MIT RECOVERY BOOTS

# GEMEINSAM TRAINIEREN UND DOCH INDIVIDUELL

Zahlreiche Fitnessstudien belegen: Besonders gerne trainieren Frauen in Boutique-Fitnessstudios, die ein effektives Konzept anbieten. Vor allem die persönliche Begleitung und Motivation im Training ist Frauen wichtig. Diese Erkenntnis hatte der Unternehmer Niclas Bönström bereits 2004. Als der gebürtige Schwede den ersten Mrs.Sporty Club in Berlin eröffnet, legte er den Grundstein für die erfolgreichste Frauenfitnesskette Europas. Denn ein Jahr später gründete er das Franchisesystem Mrs.Sporty.

„Dank digitaler Unterstützung können wir heute unseren Mitgliedern ein Personal Training anbieten, das individuell und optimal auf ihr Fitnesslevel abgestimmt ist. Und zusätzlich haben sie Spaß durch die Dynamik, die beim Training in der Gruppe entsteht.

Unsere digitalen Trainingsassistenten sind großartig. Schaut man sich aber in der Fitnessszene um, wird schnell deutlich, dass bei Mrs.Sporty die Menschen den Unterschied machen:  
Unsere Trainer\*innen.“

---

*“Mrs.Sporty Trainer\*innen begleiten und beraten jedes einzelne Mitglied persönlich. Das ist das Herz unseres Konzepts.”*



Niclas Bönström,  
Gründer/CEO Mrs.Sporty

# DAS ERFOLGS- GEHEIMNIS BOUTIQUE- FITNESS

Die Sensibilität für die eigene Gesundheitsvorsorge ist erheblich gestiegen. Besonders Frauen achten auf ein Mehr an Bewegung und eine gesündere Ernährung. Weil sie im Alltag oft stark eingebunden sind, ist für Frauen auch das schnelle Erreichen ihrer Fitnessziele mit wenig Zeitaufwand wichtig.



Carina Dworak,  
Mrs.Sporty Club-Inhaberin in Wien

*“Die meisten Frauen legen im Fitnessstudio großen Wert darauf persönlich betreut zu werden. Dies gelingt kleinen Boutique-Fitnessstudios besonders gut.”*



Claudia Bauer, Mrs.Sporty  
Franchise-Partnerin betreibt ihren  
Boutique-Fitness-Club in München

MRS.SPORTY  
www.mrssporty.com



## GUTSCHEIN FÜR 3 TAGE GRATISTRAINING\*

Wohlfühlen mit Mrs.Sporty

Jetzt  
starten  
und  
Vorteile  
sichern!

**MRS.SPORTY unterstützt Frauen dabei, ihre sportlichen und gesundheitlichen Ziele zu erreichen und somit jede Sekunde ihres Lebens zu genießen.**

- Effektives 30-Minuten-Training
- Wohlfühlatmosphäre
- Persönliche Betreuung
- Frauen unter sich
- Maßgeschneiderte Trainingspläne
- Alltagstaugliches Ernährungsprogramm

**Den Club in deiner Nähe findest du unter: [www.mrssporty.com](http://www.mrssporty.com)**

Dieser Gutschein berechtigt dich zu einem kostenlosen Training an 3 aufeinanderfolgenden Tagen in einem Mrs.Sporty Club. Einfach den Gutschein in den Club deiner Wahl mitbringen!

\* Nur für Interessentinnen, die noch nicht Mitglieder sind. Nur einmal einzulösen. Nicht verkäuflich. Inhaber Mrs.Sporty GmbH, Geschäftsführer Niclas Bönström, Helmholtzstraße 2-9, 10587 Berlin

Mrs.Sporty hat diese Bedürfnisse früh erkannt und berücksichtigt sie in seinem Fitnesskonzept. Ausgebildete Club-Inhaber\*innen und Trainer\*innen betreuen die Mitglieder intensiv, individuell und persönlich. Neben einem Ernährungskonzept erhält jede Frau ihr eigenes, 30-minütiges Trainingsprogramm, das beständig an ihr Leistungsniveau angepasst wird. Das funktionelle Training, das im Zirkel in Kleingruppen mit Gleichgesinnten abgehalten wird, steigert auch die Leistungsfähigkeit bei der Ausübung von Aktivitäten im Alltag. Somit leistet das Training einen präventiven Beitrag und ist auch für ältere Damen attraktiv.

## DIGITAL UND PERSÖNLICH

Die Fitnessbranche entwickelt sich schnell weiter und bringt immer wieder neue Innovationen hervor. Unser Ziel ist es, den Trends stets einen Schritt voraus zu sein. So werden wir weiterhin das Ranking „Beste Mikro-Studio- und Boutique-Fitness-Clubs“ anführen. Mit unserem Ansporn bieten wir unseren Mitgliedern das bestmögliche Training und unseren Mitarbeiter\*innen einen modernen Arbeitsplatz und persönliche Weiterentwicklung.

*“Fitness nach dem Motto  
„one fits all“  
ist nicht mehr zeitgemäß.“*

Intelligente Technologien besitzen ein enormes Potenzial, das Training für jedes Mitglied zu optimieren. Digital und persönlich: Das ist Mrs.Sporty! Unserer Meinung nach ist das heute die perfekte Kombination für einen Fitnessclub.



*Aleksandra Petrović, M's.Sporty Clubinhaberin in Wien  
Seit 2015 ist die sportbegeisterte Aleksandra  
Franchise-Partnerin. Ehrgeizig bildet sie sich im Fitnessbereich  
weiter. Sie ist Zirkeltrainerin, Athletik Trainerin, Functional  
Trainerin und Faszien-Coach.*

# AUF DIE ~~PLÄTZE~~ JOBS, FERTIG, LOS!



## BLACKOUT?

Du siehst schwarz in deinem Job?  
Macht nichts. Einfach pink einfärben und in einem von über 500 Mrs.Sporty Clubs neu durchstarten, als:

- | Auszubildende\*r
- | Dual Student\*in
- | Trainee
- | Fitness-Trainer\*in
- | Fitnessclub-Manager\*in
- | Fitnessclub-Inhaber\*in

## BLICK INS HERZ.

Unsere sieben Teams in der Franchise-Zentrale in Berlin entwickeln das Konzept und das System Mrs.Sporty kontinuierlich weiter. In diesen Abteilungen gibt es ab und zu Platz für neue Spezialist\*innen:

- | Marketing, Vertrieb
- | Regional Management
- | Academy und Produkt
- | Presales Club Development
- | Finance/Buchhaltung
- | Personal



*Christina Seyfert,  
Mrs.Sporty Club-Managerin und Coach*

*Christina Janikulla,  
Mrs.Sporty Dual-Studentin Fitnessökonomie*

*Kai Stille,  
Mrs.Sporty Trainer*

# CLEVER STUDIERN!

## DUAL STUDIUM MIT MRS.SPORTY

- | Fitness- und Gesundheitstraining
- | Sport und angewandte Trainingswissenschaften
- | Regeneration und Rehabilitation
- | Fitnesswissenschaft und Fitnessökonomie
- | Präventions- und Gesundheitsmanagement
- | Sportmanagement
- | Sport- und Eventmanagement
- | Fitness- und Präventionsmanagement
- | Gesundheitscoach
- | Sportökonomie
- | Ernährungsberatung

# KOMPASS ZEIGT AUF PRÄVENTION

Viele Gründe sprechen für ein Freiwilliges Soziales Jahr. Es bietet die Möglichkeit, seine Persönlichkeit weiterzuentwickeln und Berufsfelder kennenzulernen, die vorher nicht richtig greifbar waren. Jonas Koch hat durch das FSJ herausgefunden, was ihm in seinem zukünftigen Beruf wirklich wichtig ist. Er arbeitete in dem Bereich Kranken- und Behindertentransport. Aufgrund der Erlebnisse während seines FSJ fasste er einen wichtigen Entschluss: Er will Menschen dabei helfen, gesund zu altern und sie präventiv dabei unterstützen, durch ausreichend viel Sport nicht krank zu werden.

## Story - Jonas Koch, Dual Student Fitnessökonomie

"Ich selbst war früher kein klassischer Fitnessstudio-Gänger. Meine sportliche Leidenschaft stammt eher vom Kampfsport - seit ich fünf Jahre alt bin, mache ich Karate. Durch mein Freiwilliges Soziales Jahr habe ich gemerkt, wie wichtig es ist, dass alle Menschen präventiv etwas für ihre Fitness tun. Es ist nie zu spät. Auch im Alter kann man durch ein Training noch viele Erfolge erzielen.

Ich habe im Studium die Erwartung, dass ich das Gelernte auch direkt anwenden kann. Wenn ich nur am Tresen im Fitnessstudio stehen würde, hätte ich nichts davon. Bei Mrs.Sporty werde ich gefordert und kann vieles direkt umsetzen. Was mich heute immer noch - seit meinem Start im Juli 2017 bei Mrs.Sporty - beeindruckt, ist, wie wirkungsvoll das Trainingskonzept ist. Viele Frauen haben alles Mögliche probiert, um abzunehmen und nichts hat geholfen. Wenn sie dann bei uns trainieren, haben sie schon nach kurzer Zeit ihre Ziele erreicht. Auch Schmerzlinderung durch Sport ist hier ein Thema. Wenn man ihnen das richtige Trainingsprogramm bietet und ihnen Unterstützung an die Hand gibt, werden

*“Durch Sport bleiben Menschen nun mal im Alltag fit und gesund. Bei Mrs.Sporty geht es genau darum!”*

sie von ihren Schmerzen befreit. Dass das Konzept so gut funktioniert, haut mich immer wieder um. Und die Arbeit macht mir richtig Spaß. Meine Chefin hat gleich mehrere Mrs.Sporty Clubs. Bei uns herrscht immer eine gute Stimmung, meine Kolleginnen und Kollegen sind toll und es ist alles sehr persönlich - sowohl im Verhältnis zu den Mitgliedern als auch in unserem Team. Wir sind fast schon wie eine kleine Familie.

Toll finde ich vor allem, dass mir ermöglicht wird, meinen Wissensstand auch außerhalb des Studiums zu erweitern. Ich hatte beispielsweise in der Academy der Mrs.Sporty

Zentrale Berlin schon Weiterbildungen und Kommunikationsschulungen im Bereich Ernährung, Funktionelles Training und Mitgliederbetreuung.

Für mich steht fest, dass ich auch nach meinem Studium bei Mrs.Sporty

bleibe. Weil es ein so großes Unternehmen ist, bietet es mir viele Perspektiven. Ich werde mehr in Richtung Management gehen. Deshalb plane ich, anschließend noch meinen Master in Gesundheitsmanagement zu machen."



# NACH-GEFRAGT.

## **Trainierst Du auch bei Mrs.Sporty?**

Na klar. Ich muss ja wissen, worauf unsere Mitglieder achten müssen. Im Moment trainiere ich sogar deutlich mehr, weil ich eine Schulung im Bereich Funktionelles Training hatte. Wir erstellen die Trainingspläne für unsere Mitglieder digital und können hierbei sehr individuell arbeiten. Über 150 Übungen stehen uns zur Verfügung, die unterschiedlich anspruchsvoll sind. Am liebsten trainiere ich allerdings auf Fortgeschrittenen- und Profi-Level.

## **Was macht Deiner Meinung nach das Besondere an Deiner Arbeit aus?**

Die persönliche Betreuung der Mitglieder im Training – das macht Mrs.Sporty im Vergleich zu normalen Fitnessstudios aus. Auch bin ich vom funktionellen Training bei Mrs.Sporty begeistert. Hier wird der ganze Körper trainiert. Das finde ich deutlich besser, als herkömmliche Trainings an Geräten. Personen zu helfen und Fortschritte zu begleiten, das motiviert mich besonders bei meiner Arbeit.

## **Ist Dir etwas nicht so leichtgefallen, als Du mit Deinem Dual Studium angefangen hast?**

Offen sein, wird bei Mrs.Sporty von Beginn an gefordert. Das war bei mir, ehrlich gesagt, anfangs das Schwierigste. Ich war früher relativ schüchtern, da war es gut, dass ich im Bereich Mitgliederbetreuung so früh ins kalte Wasser geschmissen wurde. Wenn du viel mit Menschen zu tun hast, musst du nun mal kommunikativ und offen sein.

## **Was zeichnet für Dich Mrs.Sporty als Arbeitgeber aus?**

Die Arbeitszeiten sind toll. Ich muss an Feiertagen oder spät abends nicht arbeiten. Außerdem bekomme ich Extra-Schulungen. Ich hatte jetzt schon drei.

## **Wie hast Du das erste Mal von Mrs.Sporty erfahren?**

Ich bin 2017 nach Bayern zu meiner Freundin gezogen. Bei der Suche nach dem passenden Fitnessunternehmen für mein Dual Studium hat mir ihre Mutter geholfen. Mrs.Sporty hat mich zum Probearbeiten eingeladen und so fing alles an.



*Jonas Koch gewinnt im Sommer 2018 das „Deutschlandstipendium 2018/2019“ von der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG). Mit dem Stipendium werden besonders begabte und leistungsfähige Dual Studenten ausgezeichnet. Jonas, der sein duales Studium mit dem Mrs.Sporty Club in Gersthofen absolviert, erhält somit ein Jahr lang zusätzliche 300 Euro monatlich. Mrs.Sporty unterstützt seit Jahren Student\*innen mit dem Stipendium.*

## **WELCHEN TIPP HAST DU FÜR BEWERBER\*INNEN?**

Wenn sie offen dafür sind, sich stetig weiterzuentwickeln und natürlich Interesse an Sport haben, sollten sie sich einfach bewerben und nicht zögern. Ich glaube, kommunikative, offene, neugierige Menschen, die nicht stehenbleiben wollen und gerne etwas Neues dazulernen, haben es bei Mrs.Sporty leicht, einen Fuß in die Tür zu bekommen. Absolute Voraussetzung ist, dass sie andere mit ihrer Leidenschaft für Sport anstecken können und sie ihnen bei ihren Zielen auch wirklich helfen wollen.

**...verdienen  
ihr eigenes Geld ab  
dem ersten Studien-  
und Arbeitstag.**

*...erwerben während  
ihres Studiums  
direkt Zertifikate  
und Lizenzen.*

*...kommen sofort  
vom Lernen ins  
Tun: Das Wissen,  
das sie sich  
im Studium  
aneignen,  
wenden sie  
direkt in ihrem  
Mrs.Sporty  
Club an.*

*...erwerben  
in ihrem  
Mrs.Sporty Club  
Fachwissen und  
Praxis-  
erfahrungen in den  
Bereichen  
funktionelles  
Training, Fazientrai-  
ning, Regeneration,  
Ernährung und  
Marketing.*

## **VORTEILE!** MRS.SPORY DUAL- STUDENT\*INNEN

...

*...arbeiten in einem modernen Mrs.Sporty Club  
mit innovativer Trainingstechnologie und  
einem Boutique-Fitness-Konzept, das sich auf  
funktionelles Training spezialisiert hat.*

*...starten direkt  
ihre berufliche  
Karriere, weil sie  
nach ihrem  
Abschluss  
gleich Berufserfahrung  
vorweisen können.*

**...KÖNNEN –  
JE NACH HOCHSCHULE –  
SPEZIALISIERUNGSFÄCHER  
WÄHLEN UND  
SO INDIVIDUELL  
EINEN SCHWERPUNKT  
SETZEN.**

**„ES GIBT NUR EINEN RICHTIGEN WEG:**



# DEINEN EIGENEN!“

## DUAL STUDIEREN MIT KARRIEREPERSPEKTIVE!

### Mrs.Sporty & DHfPG – der attraktive Weg zum neuen Job

- Bildungspartner seit 2008
- Deutsche Hochschule (DHfPG) unter den Top 10 der privaten Hochschulen in Deutschland
- Duales Studium mit vergüteter Ausbildung in allen Mrs.Sporty Clubs möglich
- Optimal geeignet für künftige Mrs.Sporty Franchisenehmer
- Kompakte Präsenzphasen in Deutschland, Österreich oder der Schweiz
- Start jederzeit möglich, auch ohne Abitur
- Bis zu 16 Trainerlizenzen der BSA-Akademie inklusive: Tätigkeit als lizenzierte/r Trainer/in schon während des Studiums möglich

### Duale Bachelor-Studiengänge

- Fitnessökonomie
- Gesundheitsmanagement
- Sportökonomie
- Fitnesstraining
- Ernährungsberatung

### Du willst mehr wissen? Informiere dich jetzt!

+49 681 6855 150 • [info@dhfpg.de](mailto:info@dhfpg.de)  
[www.dhfpg.de](http://www.dhfpg.de)



Deutsche Hochschule  
für Prävention und Gesundheitsmanagement  
University of Applied Sciences



“Ich stehe dir bei deiner Suche nach einem Mrs.Sporty Club zur Seite. Gerne vermittele ich dir Kontakte zu unseren Franchise-Partner\*innen. Sie betreiben einen oder sogar mehrere Mrs.Sporty Clubs in deiner Stadt.”

Juliane Kühn, Human Resources Managerin

Mrs.Sporty GmbH, Franchise-Zentrale Berlin

Tel: 030/308 305 311

<< E-Mail: [personal@mrssporty.com](mailto:personal@mrssporty.com)

# CLEVER STUDIERN! DUAL STUDIUM MIT MRS.SPORTY

## SPORT, FITNESS, PRÄVENTION UND GESUNDHEIT

Mit einem Dual Studium verdienst du während des Studiums bereits dein eigenes Geld. Du verbindest eine akademische Ausbildung an einer Hochschule mit einer praktischen Berufstätigkeit in einem Mrs.Sporty Club.

## EINFACH BEWERBEN... KÖNNTE JA WUNDERBAR WERDEN!

Wenn du dual studieren willst, ist es üblich, dass du dir zuerst einen Ausbildungsbetrieb in der Mrs.Sporty Community suchst. Unsere Fitnessclubs findest du an

über 500 Standorten. Deine Pläne für ein duales Studium besprichst du dann mit der Inhaberin oder dem Inhaber des Mrs.Sporty Clubs.

### So findest du deinen Mrs.Sporty Ausbildungsbetrieb.

Offene Dual-Studienplätze in Mrs.Sporty Clubs findest du auf unserer Website unter:

[www.mrssporty-karriere.com](http://www.mrssporty-karriere.com)

## TIPPS

Bewirb dich initiativ! Unser Mrs.Sporty Clubfinder zeigt dir jeden Club pro Stadt und Postleitzahl an. Nutze den Finder, besuche Club-Webseiten und sende deine Initiativbewerbung an den Mrs.Sporty Club deiner Wahl!

[www.mrssporty.de/finde-deinen-club](http://www.mrssporty.de/finde-deinen-club)

Nutze auch die Jobbörsen der Hochschulen. Hier veröffentlichen Mrs.Sporty Clubs auch ihre aktuellen Angebote, z.B. auf der Jobbörse [aufstiegsjobs.de](http://aufstiegsjobs.de) von unserem Partner, der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement! Offene Dual-Studienplätze und Jobs in unserer **Franchise-Zentrale Berlin** findest du auf unserer Website unter:

[www.mrssporty-franchise.de/ueber-mrssporty/jobs-in-der-zentrale/](http://www.mrssporty-franchise.de/ueber-mrssporty/jobs-in-der-zentrale/)



*Franziska Schmolke,  
Clubmanagerin im Mrs.Sporty Club  
Kamen-Stadtmitte*



## DIE MISCHUNG MACHT 'S!

**Fundiertes Trainingswissen auf der einen Seite, wichtige Praxiserfahrung auf der anderen – das sind die idealen Voraussetzungen für den perfekten Berufseinstieg in die Fitnessbranche. Eine betriebliche Ausbildung und ein duales Studium kombinieren beides.**

Der passende Ausbildungspartner dafür ist schnell gefunden: Seit 30 Jahren bildet das **IST-Studieninstitut** mit der betrieblichen Ausbildung zur „Sport- und Gesundheitstrainer\*in / Sport- und Fitnessbetriebswirt\*in“ hoch qualifizierte Fach- und Führungskräfte speziell für die Fitness- und Gesundheitsbranche aus. Seit einigen Jahren gibt es zudem das duale Studium „Fitnesswissenschaft und Fitnessökonomie“ der IST-Hochschule für Management.

Bei beiden Ausbildungswegen verbringen die Auszubildenden möglichst viel Zeit im Betrieb, um die für den Job so wichtige Praxiserfahrung zu sammeln. Die seltenen Abwesenheitszeiten werden durch die flexible Form des Fernunterrichts ermöglicht – mit modernen Vermittlungsformen, wie z.B. Online-Vorlesungen oder überall und jederzeit abrufbaren Studienheften im Online-Campus.

Ein Angebot, das Ausbilderinnen und Auszubildende gleichermaßen überzeugt. „Ich finde die enge Verzahnung von Theorie und Praxis ideal“, berichtet Franziska Schmolke, Clubmanagerin im Mrs.Sporty Club Kamen-Stadtmitte. „Das IST-Ausbildungsmodell gefällt unserer

Studentin Denise Magera und mir sehr gut, weil es einen hohen Praxisbezug hat. Durch Wahlmodule können die Lehrinhalte nach unseren Interessen ausgerichtet werden. Und Denise kann frühzeitig viele Trainerscheine erwerben.“

*„Ich kann früh Dinge umsetzen und Verantwortung übernehmen.“* Denise Magera

„Bei Fragen hilft mir die IST immer schnell weiter. Die Studienhefte sind gut verständlich und meine Dozenten in den Seminaren waren bislang alle kompetent.“

Es werden sowohl trainingspezifische als auch managementbezogene Inhalte vermittelt. So können sich Student\*innen sowohl im Service und Marketing als auch auf der Trainingsfläche und im Kursbereich einbringen.

Aktuell bilden über 1.000 Betriebe fast 2.500 junge Menschen mit dem IST aus.

Ausbildungs- bzw. Studienstarts sind jeweils im April und Oktober. Ausführliche Informationen gibt es unter:

[www.ist-hochschule.de](http://www.ist-hochschule.de)

[www.ist.de](http://www.ist.de)



**Bildung,**  
die bewegt

## DEIN DUALES STUDIUM

Betriebliche Ausbildung in einem Mrs.Sporty Club und Fernstudium mit kompakten Präsenzphasen an einer Hochschule



### 32 STUNDEN

pro Woche arbeitest du in einem Mrs.Sporty Club.



### ALLE 4-6 WOCHEN ODER IM BLOCK

für zwei bis maximal fünf Tage, bist du in kompakten Präsenzphasen an deiner Hochschule. In nur 67 Präsenztagen hast du deinen Bachelor absolviert.



### DIE RESTLICHE STUDIENZEIT

absolviert du in einem Fernstudium. In diesen Lernphasen teilst du dir deine Zeit ein und entscheidest selbst, ob du morgens, mittags oder lieber abends lernst. Die Hochschule deiner Wahl bietet dir einen Online-Campus und eine Betreuung durch Tutoren.



### SIEBEN SEMESTER

beträgt die Gesamtstudienzeit. In nur dreißigtausendsechshundert Stunden hast du deinen Bachelor absolviert.

### GOOD TO KNOW

Du und Mrs.Sporty investieren gemeinsam in deine Zukunft! Dein Mrs.Sporty Ausbildungsbetrieb setzt sich im Vorfeld deines Studiums mit der Hochschule in Verbindung, um Anerkennungen deiner praktischen Leistungen im Detail zu besprechen.



Studiengebühren (ca. 330-600 € pro Monat) werden von deinem Mrs.Sporty Ausbildungsbetrieb übernommen.



Christina

MRS.SPORTY

GIB JE...  
DIE...  
DER SO...  
TE...  
DEN...



# NOCH EINMAL UND BESSER

*Das erste Studium abgebrochen - klingt nach Scheitern. Doch für einige ist das ein echter Befreiungsschlag. So auch für Christina Janikulla, die ihr Glück im zweiten Anlauf gefunden hat. Nachdem Christina, 31, vorzeitig ihr BWL-Studium beendet hatte, arbeitete sie einige Zeit in der Versicherungsbranche. Erfüllend war das nicht. Sie überlegte, wieder BWL zu studieren. Nur erinnerte sie sich, dass sie das Studium nie mit Begeisterung angegangen war. Etwas fehlte. Sie entschied sich, ihre Leidenschaft für Sport zu integrieren und startete 2018 ihr Dual Studium Fitnessökonomie bei Mrs.Sporty in einem Berliner Club. Für Christina bisher die beste Entscheidung ihres Lebens.*

## Story - Christina Janikulla, Dual Studentin Fitnessökonomie

"Schon seit meiner Jugend mache ich regelmäßig Sport. Ich liebe einfach Fitness! Deshalb wollte ich meine Leidenschaft für Bewegung auch in meinem zukünftigen Beruf umsetzen. Da ist das duale Studium Fitnessökonomie perfekt, denn es verbindet BWL mit Fitness. Auf meinem Stundenplan steht alles, was man braucht, um später ein Studio zu leiten.

Mrs.Sporty ist mit seinem Boutique-Fitness-Konzept und mit seiner innovativen Trainingstechnologie ganz weit vorne - da fiel mir die Entscheidung nicht schwer. Das Studium selbst

ist wie ein Fernstudium angelegt. Ich bekomme sämtliche Lernmaterialien zugeschickt und erarbeite mir die Inhalte dann selbst. Zum Schreiben der Klausuren und Prüfungen bin ich dann an der Hochschule. Und den praktischen Teil absolviere ich in meinem Fitnessclub.

*“Den praktischen Teil meines Studiums wollte ich unbedingt in einem modernen Fitnessstudio absolvieren.”*

Auch wenn ich noch in der Ausbildung bin, schenkt mir meine Chefin Jana Thews jede Menge Vertrauen. Sie bindet mich in alle Abläufe des Cluballtags ein. Von der Mitgliederbetreuung über Marketingaktionen bis hin zu administrativen Aufgaben darf ich mich überall einbringen. Alles, was ich im Studium lerne, kann ich direkt praktisch umsetzen. Für mich ist das der größte Vorteil

eines Dualstudiums. Ich komme vom Lernen sofort ins Tun.

Am meisten Spaß macht es mir, die Mitglieder im Club dazu zu motivieren, ihr Bestes zu geben und sie auf ihrem Weg in ein gesünderes Leben zu begleiten.

Ich finde es schön, wenn Frauen

in die Hose, die sie schon aussortieren wollten, wieder reinpassen - und das nach so kurzer Zeit. Es ist toll, ihnen so zu einem besseren Lebensgefühl zu verhelfen. Mein großes Ziel ist, später einmal als Club-Managerin einen eigenen Mrs.Sporty Club zu führen."

# NACH- GEFRAGT.

## **Wie war damals Dein Vorstellungsgespräch?**

Das war das beste Vorstellungsgespräch, das ich je hatte. Meine Chefin Jana war sehr gut vorbereitet und so aufmerksam. Auch die Atmosphäre war angenehm. Jana hat mir schnell klargemacht, dass sie großen Wert darauf legt, dass es im Team passt. Wir haben uns von Anfang an verstanden.

## **Was lernst Du während Deiner Praxisphasen im Mrs.Sporty Club?**

Im Fokus steht die Begleitung der Mitglieder im Training. Dazu gehört unter anderem das Erstellen von individuellen Trainingsplänen und Ernährungstipps geben – je nachdem, was das Mitglied braucht. Am meisten Spaß macht mir die Betreuung im Trainingszirkel: Die Mitglieder dazu zu motivieren, ihr Bestes zu geben, sie dazu zu ermutigen, vielleicht eine Ausführung mehr zu schaffen, sich zu steigern. Dann sind die Mitglieder hinterher doppelt happy, weil sie es geschafft haben, und bedanken sich bei mir. Mein Aufgabenfeld wird Schritt für Schritt erweitert. Administrative Aufgaben übernehme ich auch.

## **Was sollte man Deiner Meinung nach für das Dual Studium und den Beruf mitbringen?**

Begeisterung für den Beruf und auch Kommunikationsfähigkeit, um andere Menschen motivieren zu können und zu wollen, sind wichtig. Ich bin ein sehr offener Mensch und gehe gerne auf andere zu. Das ist ein wichtiger Teil des Jobs. Das muss man mögen. Man braucht Leidenschaft für Fitness, Hintergrundwissen erlernt man

dann im Studium. Auch Selbstdisziplin ist hilfreich, vor allem wenn es sich um ein Fernstudium handelt.

## **Was muss für Dich ein Job erfüllen, damit er Dir Spaß macht?**

Bei Mrs.Sporty bekomme ich auf vielen Ebenen etwas zurück. Ich bin nah an den Mitgliedern dran, kann ganz viel lernen und werde immer unterstützt, wenn es nötig ist. Ehrlich gesagt habe ich gar nicht das Gefühl, zur Arbeit zu gehen.

## **Was ist das Besondere am Trainingskonzept von Mrs.Sporty?**

Mrs.Sporty ist modern, sehr innovativ und macht nicht jahrelang das Gleiche. Der Sportbereich entwickelt sich stetig weiter und Mrs.Sporty ist da immer ganz weit vorne. Das finde ich super. Früher bestand der Trainingszirkel aus hydraulischen Geräten und Zwischenstationen. Mitglieder haben an Maschinen im Sitzen trainiert. Heute dürfen unsere Mitglieder funktionelles Training genießen und mit Hilfe von digitalen Smart-Trainern ihr individuelles Programm absolvieren.

Das Trainingskonzept von Mrs.Sporty schafft eine hohe Effektivität durch das funktionelle Training. Besonders ist, dass es individuell an die Bedürfnisse, Ziele und ggf. auch an bereits vorhandene gesundheitliche Einschränkungen angepasst wird. Dass Frauen in den Clubs unter sich trainieren, ist nicht einzigartig, aber in jedem Fall besonders. Es ist spürbar, dass sie sich beim Training dadurch sehr wohl fühlen.



## WELCHEN TIPP HAST DU FÜR BEWERBER\*INNEN?

Viele Bewerber\*innen schreckt das Thema Mitgliedergewinnung durch Promotion ab, wenn erklärt wird, dass das auch zum Aufgabengebiet gehört. Das ist wirklich manchmal nicht einfach. Es hilft aber sehr, wenn man daran denkt, dass man hier Frauen gewinnt, die sich sonst nicht als Mitglied angemeldet hätten. Mich motiviert das enorm. Ich will einfach möglichst viele Frauen dazu kriegen ein gesünderes Leben zu starten. Wenn ich dann sehe, dass sie die ersten Erfolge spüren und glücklich darüber sind, ist das doppelt schön. Das ist dann meine Belohnung. Ohne die Ansprache bei der Promotion und Bemühungen in der Trainingsbegleitung wäre es nicht dazu gekommen.

# ZUKUNFT: SPORT, FITNESS, PRÄVENTION UND GESUNDHEIT



*Christina Janikulla,  
Mrs.Sporty Dual-Studentin  
Fitnessökonomie*

## AUSZUG HOCHSCHULEN UND BERUFSAKADEMIEN:

**I** Deutsche Hochschule  
für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG)  
[www.dhfg.de](http://www.dhfg.de)  
*deutschlandweit / Wien / Zürich*



**I** SAFS & BETA KG - Bildungs-Akademie (SAFS & BETA)  
[www.safs-beta.de](http://www.safs-beta.de)  
*deutschlandweit*



**I** Fachhochschule für Sport und Management (ESAB)  
[www.fhsmg.de](http://www.fhsmg.de)  
*Brandenburg*



**I** Deutsche Berufsakademie Sport und Gesundheit (dba)  
[www.dba-baunatal.de](http://www.dba-baunatal.de)  
*Baunatal*



**I** IST-Hochschule für Management GmbH (IST)  
[www.ist-hochschule.de](http://www.ist-hochschule.de)  
*Düsseldorf / München / Potsdam*



**I** Internationale Fitness Akademie (IFAA)  
[www.ifaa.de](http://www.ifaa.de)  
*Schwetzingen / Mannheim / Düsseldorf / Hannover*



**I** Europäische Fachhochschule (EU FH)  
[www.eufh.de/hochschule](http://www.eufh.de/hochschule)  
*Rostock / Rheine / Neuss / Brühl / Köln / Aachen*



**I** Personal Trainer Akademie  
[www.personaltrainerakademie.com](http://www.personaltrainerakademie.com)  
*Wien / Baden bei Wien / Graz / Salzburg / Linz  
Innsbruck / Dornbirn / München*



**I** Akademie für Sport und Gesundheit  
[www.akademie-sport-gesundheit.de](http://www.akademie-sport-gesundheit.de)  
*deutschlandweit*



**I** Europäische Sportakademie Land Brandenburg (ESAB)  
[www.esab-brandenburg.de](http://www.esab-brandenburg.de)  
*Brandenburg*



## DURCH GESUNDHEITS-ORIENTIERUNG MEHR MITGLIEDER

WAS HABEN NUN DIE STUDIOS VON DEN DUALEN STUDENT\*INNEN?

Auf der Basis eines sportwissenschaftlichen Studiums das erstmals in Deutschland dual durchgeführt wird, **erhalten die Studios qualifizierte Mitarbeiter.**

Moderne innovative Unternehmen wünschen sich **motivierte und fachlich kompetente Nachwuchskräfte, die von Anfang an ergebnisorientierte Beiträge zum Unternehmenserfolg leisten.** Unsere Student\*innen können durch ihr umfangreiches Praxiswissen und zahlreiche Zusatzqualifikationen gezielt Bewegungskonzepte entwickeln und zum Erfolg führen. Das Bachelor-Studium ist genau inhaltlich auf den Bedarf im Bereich Gesundheit, Prävention und Fitness abgestimmt.

Dabei setzt das moderne, didaktische Konzept nach dem Modell „**Lernen und Studieren am berufsbezogenen Projekt**“ explizit auf die Vermittlung wichtiger Kompetenzen, die Arbeitgeber heute von ihren Mitarbeitern erwarten.



## DIE DEUTSCHE BERUFSAKADEMIE SETZT AUF DEN ERFOLGSFAKTOR GESUNDHEIT

Mit dem **Studiengang Bewegungskoching und Gesundheit** ist die Deutsche Berufsakademie auf der Höhe der Zeit um genau der Gesundheitsorientierung von Bewegung ein neues Gesicht zu geben.

**Bewegung ist ein Allheilmittel für Gesundheit.** Sie stärkt die Muskulatur, beugt Rückenschmerzen und Herz-Kreislauf - Erkrankungen vor, macht Kopf und Seele frei. Dennoch bewegen sich immer weniger Menschen ausreichend. Dazu fehlt teilweise eine fachkundige und motivierende Anleitung. **Nach wie vor stehen Beschwerden des Muskelskelett-Systems vor allem bei Krankschreibungen ganz oben.**

Und genau hier setzt die Deutsche Berufsakademie mit ihrem gesundheitsfördernden Bachelor-Studiengang an. Die Student\*innen werden in **gesundheitsförderliche Prozesse eingebunden** und **lernen Gesundheitspotenziale zu erkennen.** Dabei wird auf die Fokussierung aller relevanten Determinanten von Gesundheit Wert gelegt.

Das **vielseitige Studium der Bewegungsförderung** ermöglicht eine wissenschaftlich fundierte und hoch praxisorientierte Ausbildung, welche sich zunehmend als eigenständiger Gesundheitsbaustein etabliert. Die Gesundheitsförderung im Studiengang steht für ein positives Konzept, das in gleicher Weise die **Bedeutung der körperlichen Fähigkeiten** wie auch die der **sozialen und individuellen Ressourcen** für die Gesundheit betont.



**Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!**

**Telefonisch erreichen Sie uns unter der Studien-Hotline: 05601 / 8055**  
**[www.dba-baunatal.de](http://www.dba-baunatal.de)**



*Raphael Schütte,  
Mrs.Sporty Franchise-Partner  
in Hannover*

# YOU CAN'T OUTFIT A BAD DIET

*Das Zusammenspiel von Sport und Ernährung begeistert Hendrik Ingenhaag, 22, schon lange. Denn als ehemaliger Leistungssportler weiß er aus eigener Erfahrung: Die besten Trainingsergebnisse erreicht man nur mit der richtigen Ernährungsweise. So schaffte er seine persönliche Bestzeit von 2,28 Minuten im 1000 Meter Lauf. Er selbst liebt es, zu kochen, und achtet auf eine ausgewogene gesunde Ernährung. Auf der Suche nach einem Beruf mit Zukunft war für ihn schnell klar: Das Duale Studium der Ernährungsberatung bei der DHfPG und bei Mrs.Sporty passt perfekt zu ihm. Dank des ganzheitlichen Konzepts bei Mrs.Sporty kann er seine Leidenschaft für Sport und die Faszination für Ernährung miteinander verbinden.*

## Story - Hendrik Ingenhaag, Dual Student Ernährungsberatung

"Was mich an der Ernährung so fasziniert? Sie ist das wichtigste Werkzeug, um die Erfolge beim Training zu optimieren und um Krankheiten vorzubeugen. Das Zitat „You can't outrun a bad diet“ fasst das ganz gut zusammen. Auch wenn du noch so viel Sport machst, mit einer ungesunden Ernährung wirst du nie das Beste aus dir herausholen. Mit den richtigen Lebensmitteln kannst du dein Ziel hingegen doppelt so schnell erreichen - das finde ich beeindruckend. Deshalb, und weil es ein Beruf mit Zukunft ist, habe ich mich für ein Duales Studium der Ernährungslehre entschieden. Schließlich wird das Thema auch in der Gesundheitsbranche immer wichtiger: Die Menschen legen mehr Wert darauf, bis ins Alter fit und gesund zu bleiben - da spielt die richtige Ernährung eine entscheidende Rolle.

*“Mrs.Sporty ermöglicht den Mitgliedern einen ganzheitlichen Ansatz, bei dem das Training durch ein Ernährungsprogramm ergänzt wird.”*

Für mich stand daher direkt fest, dass ich den praktischen Teil meines Studiums in einem Mrs.Sporty Club machen will. Wer jetzt denkt, in meinem Studium geht es nur darum, über Ernährung zu sprechen, liegt falsch. Das Thema ist sehr breit gefächert, sodass auch Ernährungspsychologie und Trainingslehre auf meinem Stundenplan stehen. Wenn ich im Mrs.Sporty Club bin, unterstütze ich die Frauen deshalb nicht nur bei ihrer Ernährungsumstellung, sondern stehe auch als Trainer mit im Zirkel. Das ist für mich die perfekte Kombi. Am besten gefällt mir, wenn die Frauen ihren Aha-Moment haben, also wenn die Ernährungsumstellung greift und sie merken, wie die Pfunde purzeln. Dazu etwas beizutragen und meine Erfahrungen und Leidenschaft weitergeben zu können, ist einfach toll."



MRS.SPORTY

DE  
DE  
Z

GI

9



MRS.SPORTY

SEHEN SIE SICH  
DIE WICHTIGEN BEWEISUNGEN

WAS NICHT ZUCKER?  
BESTENSI

MRS.SPORTY

# DAS MRS.SPOTY ERNÄHRUNGSKONZEPT

## BAUKASTENPRINZIP

Jedes Lebensmittel wird einer Kategorie zugeordnet. Milchprodukte, Getreide oder Fleisch bilden zum Beispiel jeweils eine Gruppe. Gemeinsam mit dem Mitglied schauen wir, wie viele Portionen von jedem Baustein sie am Tag essen kann, um ihr Ziel zu erreichen. Die Frauen bekommen so ein Gefühl für gesunde Ernährung und die richtige Zusammensetzung ihrer Mahlzeiten.

## KEINE VERBOTE

Wichtig, damit die Frauen das auch langfristig durchhalten, ist, dass es nicht so viele Verbote gibt. Süßigkeiten und Alkohol sind in Maßen erlaubt und haben ihre eigene Kategorie: die „Extras“. Die sollte natürlich so klein wie möglich bleiben. Aber zwischendrin mal ein Stück Schokolade oder ein Glas Wein genießen muss auch drin sein – das gehört zum Leben dazu. Kleine Sünden kann man im Programm zum Beispiel ganz einfach durch etwas mehr Gemüse wieder ausgleichen.

## COACHING

Das gesamte Programm dauert etwa zwölf Wochen. Ziel ist es, den Frauen eine Art Starthilfe zu geben, wie sie sich ausgewogen ernähren können. Anschließend

können sie das Programm alleine weiterführen. Direkt nach dem ersten Gespräch bekommt das Mitglied eine Ernährungsbroschüre. Darin stehen alle Infos noch mal zum Nachlesen: die Liste mit Bausteinen, die Tagebücher zum Ausfüllen, Rezeptideen usw. Dann geht es an die Umsetzung. Im Drei-Wochen-Rhythmus werten wir die Erfolge und Fortschritte gemeinsam mit dem Mitglied aus. Wir beraten bei Problemen und beantworten alle Fragen.

## INDIVIDUALITÄT

Genau wie das Training passen wir auch das Ernährungsprogramm individuell an jedes Mitglied an. Es gibt also nicht DEN EINEN Mrs.Sporty-Ernährungsplan, den wir allen Mitgliedern vorgeben. Vielmehr schauen wir ganz individuell, welche Ziele die Frau erreichen möchte, wie sie sich bisher ernährt hat und wie hoch der Energiebedarf im Alltag ist. Auch auf Lebensmittelunverträglichkeiten oder spezielle Ernährungsweisen – beispielsweise wenn das Mitglied sich vegan ernährt – gehen wir ein und gucken, wie wir die entsprechenden Lebensmittel ersetzen können. Damit ist das Ernährungsprogramm ausnahmslos für jeden geeignet.

# FUNKTIONELLES TRAINING

Heute ist bewiesen, dass durch regelmäßiges funktionelles Training die Leistungsfähigkeit bei der Ausübung von Aktivitäten im Alltag deutlich gesteigert wird. Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht. Dabei werden ganze, umfangreiche Bewegungsabläufe ausgeführt.

## Natürliche Bewegungen mit 100 % Muskeleinsatz:

- | Kraft und Motorik
- | Gelenkstabilisierung, Muskelaufbau
- | Ausgleich von muskulären Dysbalancen
- | Beweglichkeit und Ausdauer
- | hoher Kalorienverbrauch

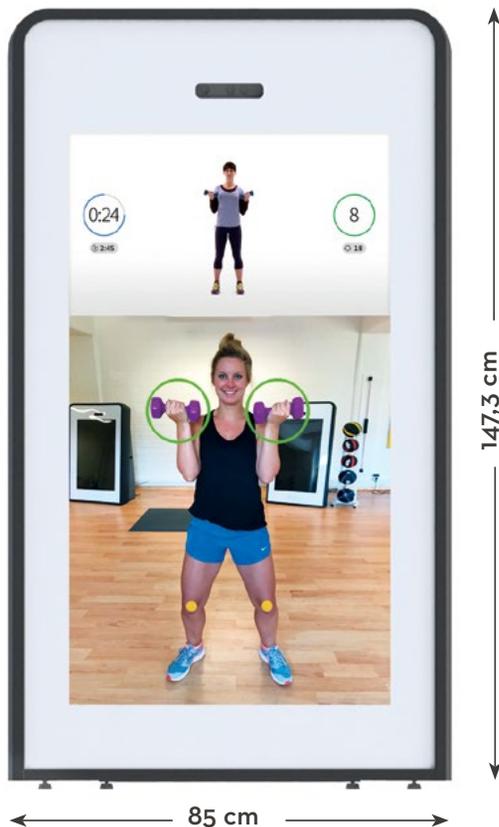


Mrs.Sporty Club Berlin-Ku'damm

# SMARTES TRAINERTEAM

## Digitale Smart-Trainer-Stationen in Kombination mit persönlicher Begleitung

Mit dem Einsatz von digitalen Smart-Trainern in Kombination mit persönlicher Begleitung von Trainer\*innen wird in Mrs.Sporty Clubs eine der intensivsten Mitgliederbetreuungen in der Fitnessbranche sichergestellt.



### VIRTUELLER TRAINER

Mitglieder folgen den Bewegungen, die ihnen ihre virtuelle Trainerin am Bildschirm zeigt.



### KAMERA UND 3D-SENSOR-TECHNOLOGIE

Kamera mit eingebautem Tiefensensor scannt 26 Gelenkpunkte des Körpers im Training. Mitglieder erhalten ihr Echtzeitfeedback.



### ONLINE-PLATTFORM

Erstellung von personalisierten Trainingsplänen. Über 150 Übungen, von Sportwissenschaftler\*innen entwickelt.



*Christina Janikalla,  
Dual-Studentin  
Fitnessökonomie*

*Franziska Steiner,  
Trainerin/Produkt-Managerin*

*Hendrik Ingenhaag,  
Dual-Student  
Ernährungsberatung*

*Christina Seyfert,  
Club-Managerin/Coach*

*Kai Stille,  
Trainer*

# HÖHER. SCHNELLER. WEITER BILDUNG.

| Trainee

| Fitness-Trainer\*in

| Fitnessclub-Manager\*in

| Fitnessclub-Inhaber\*in

# HALS ÜBER KOPF

*Franziska Steiner, 25, liebt es, mit verschiedenen Menschen und Charakteren zu arbeiten. Abwechslung im Job braucht sie wie die Luft zum Atmen. Als sie nach ihrem Dual Studium vom Mrs.Sporty Management-Traineeship erfuhr, bewarb sich die aufgeweckte Hamburgerin und zog Hals über Kopf nach Berlin. Heute hat Franziska einen sehr begehrten Job in der Mrs.Sporty Franchise-Zentrale Berlin: Sie arbeitet 20 Stunden im Bereich Produktmanagement und 20 Stunden als Trainerin im Mrs.Sporty Flagship-Fitnessclub.*

## Story - Franziska Steiner, Trainerin und Produkt-Managerin





"Nach meinem Dualen Studium bei Mrs.Sporty in Hamburg wollte ich unbedingt mehr Führungsverantwortung übernehmen und konnte glücklicherweise direkt ein Management-Traineeship in Berlin dranhängen. Zwei Jahre lang durfte ich erst als stellvertretende und dann auch ein halbes Jahr als volle Club-Managerin alles lernen, was ich brauche, um einen Club zu führen. Neben den Trainer-Aufgaben kommen noch Mitarbeiterführung, Marketing und viele organisatorische Aufgaben dazu – für Abwechslung im Berufsalltag ist also gesorgt. Außer dem Studium und dem Traineeship konnte ich jederzeit zusätzlich Weiterbildungen an der Mrs.Sporty Academy in Berlin besuchen. So habe ich mir auch alle Vorkenntnisse für meinen derzeitigen Job angeeignet, den ich 2016 in Berlin angenommen habe.

20 Stunden in der Woche arbeite ich als Trainerin aktiv in dem Flagship-Fitnessclub der Mrs.Sporty Franchise-Zentrale in Berlin mit. Dieser Fitnessclub ist besonders,

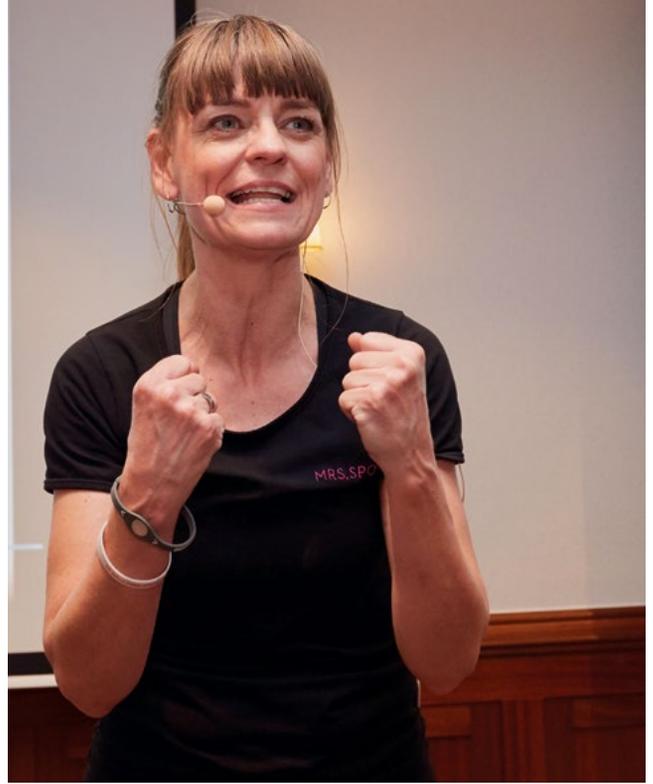
*“Wer sich für Trends in der Fitnessbranche begeistert, dem kann ich meinen Beruf aus Herz legen.”*

weil wir hier neben dem bekannten Trainingskonzept zusätzlich weiterentwickelte Fitnessangebote testen. Die anderen 20 Stunden bin ich im Team Produkt und Academy in der Mrs.Sporty-Zentrale tätig. Hier kann ich mitentwickeln, wie zukünftig in den Mrs.Sporty Clubs trainiert wird – das finde ich wahnsinnig spannend. Zusätzlich setze ich tolle Projekte um, wie beispielsweise E-Learnings zu unterschiedlichen Themen. Unsere

Webinare, Videos, Tests und andere Inhalte nutzen alle Club-Inhaber\*innen und ihren Teams, um zu lernen, wie sie Neuerungen im Trainingsbereich am besten in ihrem Club-Alltag umsetzen.

Die Vielfalt in meinem Job ist großartig: Der Job im Club ist aktiv und praxisbezogen und der Job im Büro ist eher ruhig und kreativ. Vor allem im Produktbereich kann ich noch viel lernen und mich weiterentwickeln. Wenn ich ein Ziel habe, unterstützt mich Mrs.Sporty, dieses auch zu erreichen. Gerade spiele ich mit dem Gedanken, ein Masterstudium bei Mrs.Sporty zu machen."

# DIE ACADEMY DER MRS.SPORY FRANCHISE- ZENTRALE BERLIN

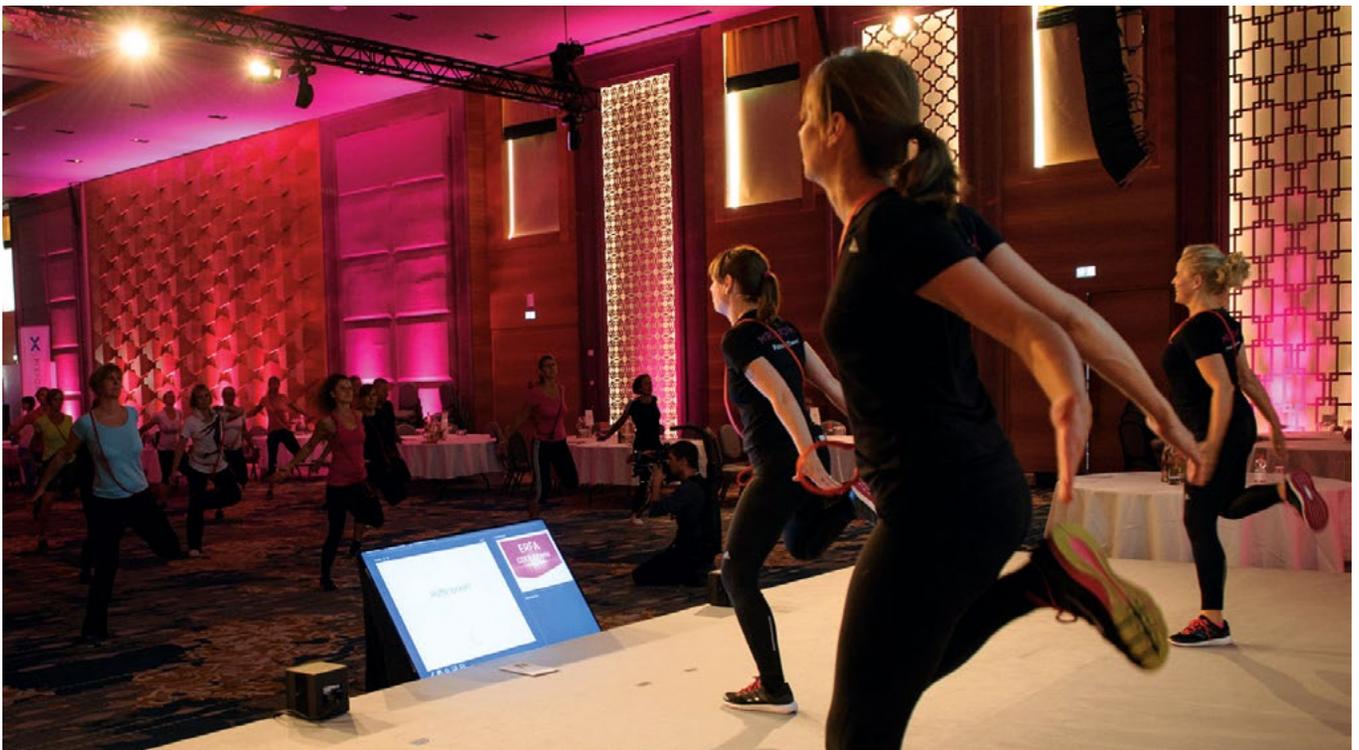


*Kerstin Kolata, Head of Product Development*  
Mrs.Sporty GmbH, Franchise-Zentrale Berlin  
E-Mail: [academy@mrssporty.com](mailto:academy@mrssporty.com)

## WEITERBILDUNGEN: SPEZIALWISSEN TRIFFT AUF PRAXISBEZUG

Das Angebot der Academy unterstützt alle Mitarbeiter\*innen und Franchise-Partner\*innen in ihrer beruflichen Entwicklung und Zukunftskompetenz. Die Franchise-Zentrale Berlin ist dabei Anlaufpunkt und Gedankenraum für alle Themen und Bedarfe der Professionalisierung im Mrs.Sporty Fitnessclub-Alltag: Trainings, fachliche Informationen, Beratung, Best Practices, Vernetzung und Business-IT-Lösungen uvm.

*“Sechs Weiterbildungsbereiche bilden das breite Produktportfolio der Mrs.Sporty Academy.”*



## FITNESS- UND ERNÄHRUNGSTRAININGS

| Theorie | Praxis | E-Learning | Präsenzschiilung | Rollenübungen

Fusionetics Corrective Exercise Trainer

Functional Trainer

Faszientraining

Nutry Coach

---

## E-LEARNING PLATTFORM

| Theorie | Videos | Quiz | Tests

Unsere Online-Academy ist eine kompakte und einfach zu bedienende Lernplattform für Mrs.Sporty Trainer\*innen und Club-Manager\*innen, die sich hier zeitlich und örtlich ungebunden zu verschiedenen Themen weiterbilden.

---

## PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

| Theorie | Praxis | Präsenzschiilung | Workshops

Kommunikationsschiilung

Management-Camp Multioperatoren

---

## WEBKONFERENZEN

| Theorie | Praxis | Best Practices | Regionalmanagement

Club-Management Programme in Verkauf, Marketing, Personal uvm.

---

## FRANCHISE-PARTNER GRUNDAUSBILDUNG

| Theorie | Praxis | Mrs.Sporty Handbuch | E-Learning | Präsenzschiilung | Rollenübungen

General Manager: Die Grundausbildung in 6 Modulen für alle neuen

Franchise-Partner\*innen und Club-Manager\*innen

---

## VERANSTALTUNGEN UND EVENTS

| Unternehmer-Community | Erfahrungsaustausch | Netzwerken

Unsere Kongresse und Seminare bieten unseren Franchise-Partner\*innen eine Plattform zum Wissenstransfer relevanter Entwicklungen und Themen sowie zur Vernetzung innerhalb des Franchisesystem. Durch renommierte, externe Fachreferenten, aktuelle Best Cases, inspirierende Keynotes, praxisnahe Workshops und die Vergabe von Awards sind sie ein etablierter Community-Treff.

**Die Mrs.Sporty Franchise-Zentrale Berlin richtet folgende interne Veranstaltungen aus:**

Mrs.Sporty Franchise-Jahrestagung

Summits

Regionale Partnertreffen

Multioperatorentag

Karrieretag

# GEMEINSAM MIT DER IFAA ZUM / ZUR FITNESSFACHMANN / -FRAU



NÄCHSTER KLASSENSTART  
01. SEPTEMBER 2019 ODER  
1. MÄRZ 2020

Die IFAA bietet gemeinsam mit Unternehmenspartnern sport- und fitnessbegeisterten jungen Leuten eine dreijährige duale Ausbildung und Qualifizierung **zum/zur Fitnessfachmann/-frau (IFAA)** an. Die betriebliche Ausbildung erweist sich aufgrund der Verbindung von Theorie und Praxis als das ideale Bildungssystem der Sport- und Fitnessbranche.

Durch den hohen Praxisbezug entspricht sie den Bedürfnissen vieler Fitnessstudios an Allround-Kräften, die sowohl auf der **Trainingsfläche** und im **Kursbereich**, als auch in **Marketing, Service** und in der **Kundenberatung** multifunktional einsetzbar sind.

Beginn ist jährlich im März oder September. Die Ausbildung kann bundesweit absolviert werden. Schul- und Praxispräsenzphasen finden im Blockunterricht in Schwetzingen/Mannheim und im Raum Düsseldorf statt.

## WERDE FITNESSFACHMANN / -FRAU, WENN...

- ... du eine Sportskanone bist.
- ... du jeden mit deiner Begeisterung zum Sport ansteckst.
- ... du Spaß am Kontakt und Umgang mit Menschen hast.
- ... du gerne Abläufe koordinierst und organisierst.
- ... dir kaufmännisches Denken leicht fällt.
- ... du dein Hobby gerne zum Beruf machen möchtest.



# BEGABUNG IST WICHTIGER ALS INTERESSE

*Wie findet man den Job, der wirklich zu einem passt? Wonach soll man sich richten? Spätestens im Studium stößt jeder einmal auf diese Antwort: „Mach einfach das, was dich am meisten interessiert, dann wirst du nie einen Tag im Leben arbeiten müssen“. Kai Stille, 31, ist da anderer Meinung. Wer sich bei der Berufswahl ausschließlich auf seine Interessen konzentriert, der kann schnell in einer Sackgasse landen. Er hatte schon so einige Jobs und entschied eines Tages, sein Lieblingshobby zum Beruf zu machen. Kai schloss seine Ausbildung bei der IST - Hochschule für Management als Sport- und Gesundheitstrainer erfolgreich ab und begann einen Job als Fitness-Trainer bei einem Discount-Fitness-Anbieter. Soweit so gut. Er ist seinem Interesse Sport gefolgt, nur der Job hat ihm so gar nicht gefallen. Warum? Seine Begabung konnte er nicht ausleben, obwohl er schon einmal in der richtigen Branche arbeitete.*

---

**Story - Kai Stille, Fitness-Trainer auf dem Weg zum Club-Manager**



"Meiner Meinung nach, ist es vor allem wichtig, dass man etwas tut, das man wirklich gut kann, um beruflich auch erfolgreich zu sein. Wenn das dann auch noch Spaß macht: Jackpot! Mein Tipp an alle, die Trainer oder Trainerin bei Mrs.Sporty werden wollen: Wenn ihr emphatisch seid, wirkliches Interesse an den Menschen um euch herum habt und selbst gerne Sport treibt, erfüllt ihr die wichtigsten Voraussetzungen für den Job. Nur so könnt ihr bei Mrs.Sporty auch wirklich erfolgreich sein und eure Karriere weiter planen.

*“Zu mir passt Discount-Fitness überhaupt nicht.”*

Nach meiner Ausbildung zum Sport- und Gesundheits-trainer habe ich zuerst in einem Discount-Fitnessstudio gearbeitet. Bei den vielen Mitgliedern dort hat mir aber der persönliche Kontakt zu den Menschen gefehlt. Ich will am liebsten jedes einzelne Mitglied wirklich von Anfang an begleiten und es aktiv dabei unterstützen, sein Ziel zu erreichen – bei Mrs.Sporty kann ich das. Dass wir unsere Mitglieder durch funktionelles Training mit ihrem eigenen Körpergewicht komplette Muskelgruppen trainieren lassen, ist das Beste überhaupt. Sie können so noch viel

fitter im Alltag und Berufsleben werden. Trainer will ich auch in Zukunft bleiben, irgendwann aber in meinem eigenen Mrs.Sporty Club! Denn mich begeistert, dass ich hier mit modernster intelligenter Technologie arbeiten kann. Digital, smart und vernetzt – das ist nun einmal die Zukunft der Fitnessbranche. Um langfristig erfolgreich zu sein, müssen Fitnessstudios auf diesen Trend reagieren und digitale Tools in ihr Training integrieren. Wie das aussehen kann, macht Mrs.Sporty mit seinen digitalen Smart-Trainern vor. Die sind eine echte Unterstützung für Mitglieder aber auch für uns Trainer\*innen.

Mrs.Sporty testet auch immer wieder neue Ideen und Methoden in ausgewählten Clubs. Die Studios von meinen Chefs sind da sehr oft mit dabei – so bin ich ganz nah dran an der Weiterentwicklung des Trainings. Aktuell werden gleich zwei Neuerungen in unseren Clubs eingeführt: Die eine ist dazu da, bei unseren Mitgliedern Dysbalancen besser zu erkennen und sie schnell korrigieren zu können. So erreichen wir noch viel mehr im Bereich Schmerzlinderung, auch präventiv."

# NACH- GEFRAGT.

## Welche Aufgaben übernimmst Du im Club?

Die Aufgaben sind sehr vielfältig: Mitgliederbetreuung im Zirkel, Probetraining, persönliche Trainer-Gespräche und Körperanalysen durchführen, um Erfolge zu messen, Trainings optimieren, Vorbereitung der wöchentlichen Meetings, Marketingmaßnahmen planen, wie z.B. Promotion-Aktionen oder Social-Media Gewinnspiele.

## Was steckt hinter den persönlichen Trainer-Gesprächen?

Die Ergebnisse aus ca. sechs Wochen Training bieten die Grundlage für die regelmäßigen Gespräche zwischen Fitness-Trainer\*innen und Mitglied. Darin wird der Trainingsplan immer wieder an die Fortschritte der Mitglieder angepasst. Sie können auch über ein Online-Portal jederzeit von überall aus auf ihre Ergebnisse und Leistungspotenziale zugreifen und - falls sie das möchten - über Soziale Medien teilen. Um die nächsten Zwischenziele zu erreichen, sind die persönlichen Gespräche sehr wichtig. Ich finde es großartig, wenn ein Mitglied die ersten Etappen erreicht hat. Das freut mich immer wieder.

## EINE AUSBILDUNG. ZWEI ABSCHLÜSSE. BESSERE BERUFLICHE PERSPEKTIVEN.

Qualifizierte Trainerausbildung + hochwertiger Studien- oder Berufsabschluss. Beste Voraussetzungen für den Start in eine erfolgreiche Karriere.

- Betriebswirtschaftslehre B.Sc.
- Prävention & Gesundheitsmanagement
- Fachberater/-in für Servicemanagement
- und weitere Studiengänge & Ausbildungen

[Fordern Sie weitere Informationen an!](#)

ANZEIGE





## JENNIFER PLASSMANN

- 2011** *Dual Studium B.A. Prävention und Gesundheitsmanagement an der DHfPG/ Mrs.Sporty Club Köln/Bonn*
- 2013** *Club-Managerin von zwei Mrs.Sporty Clubs in Köln/Bonn*  
*Zeitgleich Abschluss Ausbilderschein*
- 2014** *Beginn Masterstudium an der DHfPG*
- 2015** *Regional Managerin von drei Mrs.Sporty Clubs in Köln/Bonn*
- 2016** *Abschluss Master of Arts Gesundheitsmanagement an der DHfPG*  
*Beginn nebenberufliche Selbstständigkeit im Bereich Coaching*  
*Regional Managerin von vier Mrs.Sporty Clubs in Köln/Bonn*

# EINS BIS VIER: CHAPEAU!

Als Jennifer Plassmann 2011 ihr Dual Studium mit Mrs.Sporty begann, ahnte sie nicht, wie sehr ihre Karriere später von der Vision ihrer Chefin Sandra Mensing positiv beeinflusst wird. Sandra macht sich im März 2007 mit dem Franchise-Konzept von Mrs.Sporty selbstständig. Schon bevor sie ihren ersten Fitnessclub in Köln eröffnet, weiß sie, dass es mehrere werden sollen. Bereits ein Jahr später übernimmt sie einen zweiten Club in Bonn. Hier lernten sich die Dualstudentin und die Club-Inhaberin Sandra kennen. Jennifer beginnt ihr Duales Studium und Sandra geht ihren Expansionszielen nach. Mit jedem neuen Fitnessclub, den Sandra im Köln-Bonner Raum eröffnet, entwickelt sich auch Jennifer weiter. Sie übernimmt mehr Verantwortung und schließlich die regionale Leitung von Sandras vier Mrs.Sporty Clubs. Nebenbei absolviert sie noch ihr Masterstudium.

## Story - Jennifer Plassmann, Regional-/Club-Managerin und Coach

"Einen typischen Arbeitstag? Den gibt es bei mir eigentlich nicht. Als Regional Managerin kümmere ich mich um mehrere Clubs gleichzeitig. Dadurch sind meine täglichen Aufgaben immer unterschiedlich. Ich habe zum Beispiel die wirtschaftliche Entwicklung der Fitnessclubs im Blick, optimiere die Abläufe und bilde die Club-Manager\*innen aus. Die Fortschritte der Mitarbeiter\*innen begleiten zu können, macht mir besonders viel Freude. Es ist einfach toll, mitzuerleben, wie sich manche von einer schüchternen Person zur erfolgreichen Führungskraft wandeln.

Natürlich ist der Job auch fordernd. Man benötigt auf jeden Fall Engagement,

Verantwortungsbewusstsein, Führungsqualitäten und Erfahrung. Ich habe 2011 als Duale Studentin bei Mrs.Sporty angefangen und bin in meinen heutigen Aufgabenbereich hineingewachsen. Mit jedem weiteren Club, den meine Chefin Sandra eröffnet hat, ist auch mein Verantwortungsbereich gewachsen.

Ich durfte bereits alle Schulungen und Weiterbildungen, die Mrs.Sporty in seiner Academy anbietet, wahrnehmen.

Und es werden unglaublich viele angeboten. Auch der Abschluss meines Bachelor- und Masterstudiums hat mich auf die neuen Aufgaben und Herausforderungen als Regional Managerin vorbereitet.

Seit einiger Zeit bin ich nebenberuflich auch als Coach für die Mrs.Sporty-Zentrale tätig. In dieser Rolle gebe ich mein Know-how an neue Franchise-Partner\*innen von Mrs.Sporty und ihre Mitarbeiter\*innen weiter. Wenn ein neuer Mrs.Sporty Club im Westen von Deutschland

gegründet wird, berate und schule ich die Teams im Vorfeld, vor allem bei Verkaufsthemen wie der Gewinnung und Bindung von Mitgliedern.

*“Die Schulungen von der Mrs.Sporty Franchise-Zentrale in Berlin waren eine große Hilfe.”*

Für den Einsatz bekomme ich von Mrs.Sporty sehr viel zurück. Ich habe in meiner Arbeitsweise viel Freiheit und Flexibilität. Das Vertrauensverhältnis zwischen meiner Vorgesetzten und mir ist sehr groß. So kann ich die Clubs führen, als wären es meine eigenen. Für meine berufliche Weiterentwicklung schreibe ich gerade an einem Präventionskonzept zum Thema Stressbewältigung. "



# NACH- GEFRAGT.

## Wie unterscheiden sich die Position Club-Manager\*in und Regional Manager\*in im Detail?

Der Unterschied ist, dass ich nicht mehr mit dem Team und den Mitgliedern in einem Club arbeite, sondern mit Management-Trainees aus mehreren Clubs. Meine Aufgabe als Regional-Managerin ist es, die Trainees so auszubilden, dass sie ihr eigenes Team führen und einen Club leiten können.

Ich vereinbare gemeinsam mit ihnen Ziele für die Clubs und optimiere Prozesse. Wie wird in den Clubs gearbeitet? Sind die Arbeitsabläufe sinnvoll? Ich gehe diese Punkte mit den Trainees in Meetings durch. Die wirtschaftliche Entwicklung der Clubs habe ich hierbei immer im Blick. Das erfordert das Arbeiten in den Bereichen Organisation, Controlling, Personalplanung und -weiterentwicklung durch Schulungen der Trainees.

## Was ist Deiner Meinung nach das Besondere am Mrs.Sporty Club/-Trainingskonzept?

Die Kombination aus minimalem Zeitaufwand und persönlicher Betreuung – jede\*r Trainer\*in kennt jedes Mitglied und umgekehrt. Bei Mrs.Sporty erhältst du ein Personal-Training und dennoch hast du den Spaß in der Gruppe. Durch diesen Ansatz sind die Mitglieder sehr erfolgreich und zufrieden. Das motiviert auch die Trainer\*innen, die jeden einzelnen Erfolg mitfeiern können. Das kommt in herkömmlichen Fitnessstudios selten vor.

## Was ist wichtig, wenn man wie Du bei Mrs.Sporty aufsteigen will?

Möglichst schnell zeigen, dass man die Aufgaben verantwortungsvoll übernehmen und gut umsetzen kann. Und natürlich Ergebnisse erzielen. Es ist wichtig eine hohe Lernbereitschaft zu haben. Von der Persönlichkeit her sollte man Menschen führen und motivieren können.

**We make professions happen.**



München - Wien - Salzburg - Innsbruck

***"It is never too late to be what you might have been"***

## Diplom Lehrgänge

- **Fitness - Gesundheits - Ernährungstrainer**
- **Medical Personal Trainer**
- **Master Rückentrainer**
- **Functionaltrainer**

## 100 € Gutschein

einzulösen bei Anmeldung von 2 Modulen = 2 Wochenende deiner Wahl



**Deine Akademie für Trainer, Massage und Coaching Aus- und Weiterbildungen**

office@personaltrainerakademie.com  
Tel AT : +43 664 590 88 99  
DE: +49 176 603 035 17



\*Öcert\*- österreichweit und europaweit anerkannt!



*Raphael Schütte,  
Franchise-Partner und Inhaber  
von zwei Mrs.Sporty Clubs in Hannover*

*Bianca Schumann,  
International Business Consultant*

# **GEMEINSAME SACHE MACHEN.** FRANCHISE

| Fitnessclub-Inhaber\*in

| Mrs.Sporty Franchise-Zentrale Berlin



# LIEBLINGSJOB

*Cortina Bauer, 31, ist mit Leib und Seele Trainerin. Sie kennt das Mrs.Sporty-Konzept und auch alle Abläufe einer Fitnessclub-Gründung sehr genau. Als Clubmanagerin hat sie zunächst zwei Mrs.Sporty Clubs geleitet, bevor sie dann in die Franchise-Zentrale Berlin wechselte. Ihre Aufgaben hier: Franchise-Partner\*innen beraten. Die gebürtige Brandenburgerin unterstützt Club-Inhaber\*innen gleich in mehreren Positionen. Auf der Suche nach einer neuen Herausforderung wechselt Cortina dann im Frühjahr 2019 die Seiten: Sie wird selbst Franchise-Partnerin und übernimmt genau den Club, bei dem ihre Mrs.Sporty Karriere angefangen hat. In ihrem Lieblingsjob kann Cortina jetzt wieder als Trainerin arbeiten und gleichzeitig mit ihrer neuen Herausforderung weiterwachsen.*

---

**Story - Cortina Bauer, Franchisepartnerin**

"Ich brauche immer neue Challenges, an denen ich wachsen kann – auch im Job. Das ist wahrscheinlich auch einer der Hauptgründe, warum ich seit Kurzem selbst Franchisenehmerin und Inhaberin meines eigenen Mrs.Sporty Clubs bin. Meine Laufbahn bei der pinken Fitnessmarke hat in einem Mrs.Sporty Club in Hohen Neuendorf, im Norden von Berlin angefangen. Dass ich genau diesen Club von meiner ehemaligen Chefin jetzt übernommen habe, sehe ich als Glücksfall und Fügung an. Das Verhältnis zwischen mir und meiner damaligen Vorgesetzten Martina Fritsche ist in all den Jahren sehr gut gewesen.

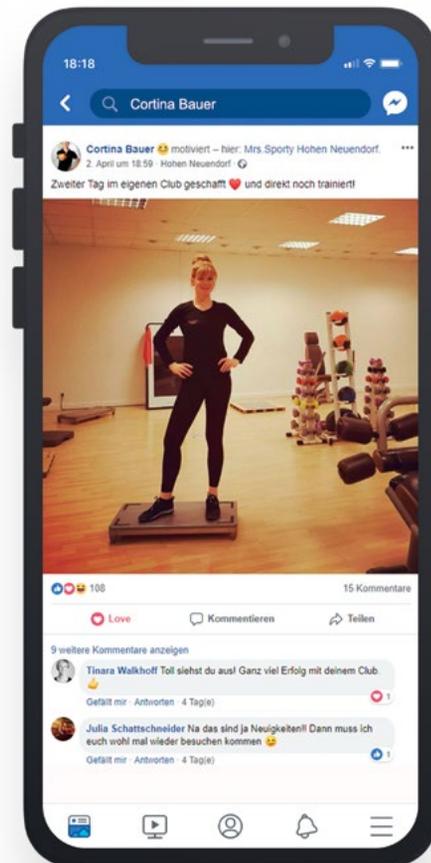
*“Für uns ist es eigentlich keine klassische Geschäftsübernahme, sondern eher ein Generationswechsel.”*

Der Vorteil ist: Ich kenne die Gegebenheiten und Abläufe des Clubs sehr genau und auch einige der Mitglieder, die ich früher betreut habe, sind noch da. Leicht ist der Weg in die Selbstständigkeit nie, aber dadurch, dass ich in der Franchise-Zentrale Berlin so viele Cluböffnungen von Franchise-Partner\*innen begleitet habe, weiß ich genau, was auf mich zukommt. Vor allem, dass ich mich auf das Konzept und die Unterstützung aus der Zentrale verlassen kann. Meine größten Herausforderungen mit meinem eigenen Fitnessclub bisher waren die Erstellung des Businessplans und die Bankgespräche. Da war ich sehr nervös.

Es hat mir wahnsinnig geholfen, dass meine Kolleg\*innen aus der Zentrale alles mit mir durchgesprochen und geprüft haben. Diesen Beratungsservice erhalten alle neue Franchise-Partner\*innen bei Mrs.Sporty.

Am allermeisten freue ich mich darauf, wieder mein eigenes kleines Team zu führen und die Mitglieder zu betreuen. Auch wenn ich viele Jahre in der Zentrale gearbeitet habe: Ich bin einfach Trainerin mit Leib und Seele.

Früher habe ich oft den Arbeitgeber gewechselt und viele Bereiche in der Fitnessbranche ausprobiert. Mrs.Sporty ist das erste Unternehmen, bei dem ich jetzt schon seit fünf Jahren bin. Der Grund ist einfach: Mrs.Sporty ist ein Franchiseunternehmen und dadurch breit aufgestellt. Jeder Mitarbeiter kann selbst immer neue Aufgaben ausprobieren, viele Bereiche des Fitness- und Franchisesystems kennenlernen und sich so weiterentwickeln."





# NACH- GEFRAGT.

## **Auf was freust Du Dich am meisten, wenn Du Deine eigene Chefin bist?**

Darauf, in einem kleinen Team zu arbeiten und das Team zu führen. Ich bin ein großer Fan davon gemeinsam mit dem Team zu arbeiten, gar nicht so sehr als Chefin, sondern auf Augenhöhe. Wenn man selbst 100% gibt, zieht das Team entsprechend nach. Und ich freue mich sehr auf den Kontakt mit meinen Mitgliedern und sie an ihre Ziele zu bringen.



*Cortina mit ihrer Hündin Hanny. Sie und ihr Freund haben der Tierschutzhündin aus Malta ein neues zuhause gegeben und genießen die gemeinsame Zeit mit ihr bei Spaziergängen, beim Joggen oder Wandern.*

## **Welche Vorteile bringt es mit sich, einen Club zu übernehmen?**

Ich erwirtschafte vom ersten Tag an Umsatz, weil ich ja den Mitgliederstamm auch übernehme. Hinzukommt, dass der Club bereits einen Bekanntheitsgrad hat und ich nicht bei Null anfangen muss ihn zu bewerben. Ich kenne die Stadt, weiß, wo ich gut Promotion machen kann und welche Stadtfeste und Messen es gibt. Ein weiterer Vorteil ist, dass ich auf ein bereits bestehendes Kooperationsnetzwerk zurückgreifen kann und ich es nur noch ausbauen muss.

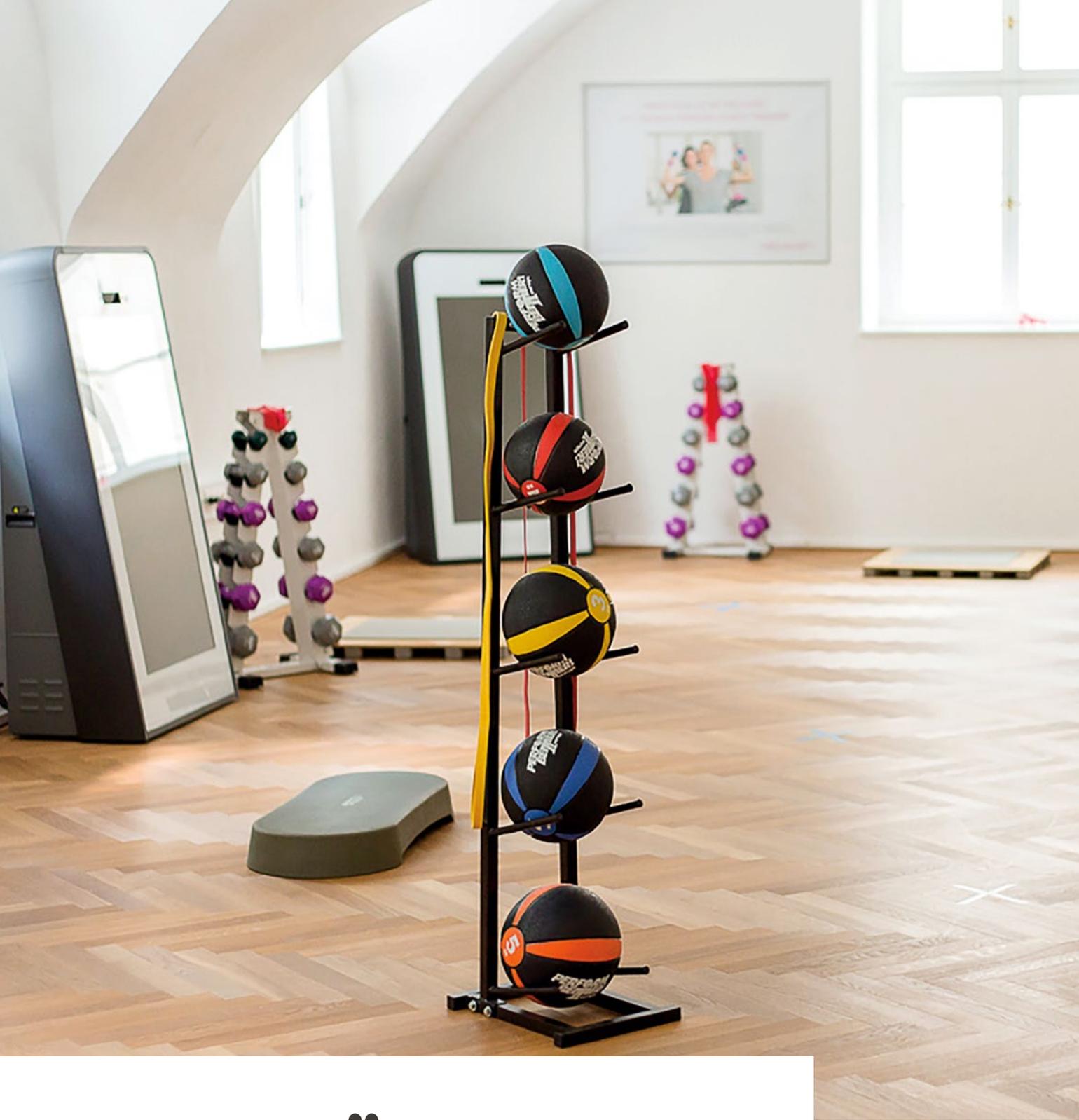
# MRS.SPORTY CLUBS UNTER NEUER FÜHRUNG

## MIT GESCHÄFTSÜBERNAHMEN EINFACH UND SCHNELL IN DIE SELBSTSTÄNDIGKEIT

Bei einer Existenzgründung stehen viele ToDos auf der Liste, die Step by Step abgearbeitet werden müssen. Zu einem sehr frühen Zeitpunkt steht die Überlegung an:  
Wo betreibe ich mein Fitnessstudio und wie finde ich die passende Immobilie?

---

*“ Aufgrund der sehr hohen Anzahl  
von Unternehmer\*innen  
im Mrs.Sporty Franchise-System, ergibt sich  
für neue Franchise-Interessent\*innen  
immer wieder die Chance  
einen bestehenden  
Mrs.Sporty Club zu übernehmen. ”*



**NEUERÖFFNUNG  
ODER  
ÜBERNAHME?**



*Wir haben Unternehmer\*innen gefragt, welche Vorteile sie bei ihrer Mrs.Sporty Club-Übernahme hatten.*

## **ZEITLICHE REALISIERUNG**

“ Realisierung einer Übernahme an einem bestehenden Standort: 3-4 Monate

“ Realisierung einer Neueröffnung an einem neuen Standort: 8-12 Monate

## **PERSONAL**

“ Unterstützung durch erfahrene und bereits ausgebildete Mitarbeiter.

## **BUSINESSPLAN/ WIRTSCHAFTLICHKEIT**

“ Einsicht in vergangene und aktuelle Umsätze sowie Kosten.

“ Sofort Umsätze nach der Übernahme erzielen.

## **STANDORT UND IMMOBILIE**

“ Lokal etablierter Standort durch Vorbesitzer.

“ Ersparnis von Maklergebühren und Zeit.

“ Mietvertrag oft zu gleichen Konditionen möglich.

“ Inventar des zum Verkauf stehenden Fitnessstudios kann vollständig oder teilweise übernommen werden.

DEINES LEBENS  
ZU WERDEN.  
MRS.SPORTY



MRS.SPORTY  
*Franchise*

Carina Dworak,  
Mrs.Sporty Club-Inhaberin in Wien und  
Head of Business Development

# TRAUST DU DICH?

BRINGE DEINE  
UNTERNEHMER-  
PERSÖNLICHKEIT  
AUF EIN NEUES  
LEVEL!

Der Mrs.Sporty Test „**Franchisepartner\*in werden!**“, hilft dir dabei, dein Potential für eine Selbstständigkeit mit deinem eigenen Mrs.Sporty Fitnessclub zu erkennen.

## FINDE MIT DEM TEST HERAUS:

- ! Wie viel Mrs.Sporty Franchise bereits in dir steckt.
- ! Ob Franchising für dich eine Karriereperspektive ist.

# SELBSTTEST

## Du treibst gerne regelmäßig Sport und fühlst dich wohl in deiner Haut?

- ★ Ein Muss für jede\*n Mrs.Sporty Club-Inhaber\*in, denn du nimmst für dein Team und für deine Mitglieder eine Vorbildfunktion ein.

✓  
✓  
**JA!**  
✓

⋮  
**NEIN!** .....

## Du bist kommunikativ, arbeitest gerne mit Menschen zusammen und kannst sie motivieren?

- ★ Du bist hervorragend für eine Franchisepartnerschaft geeignet, wenn du andere Menschen für Sport und eine gesunde Lebensweise begeistern willst.

✓  
✓  
**JA!**  
✓

⋮  
**NEIN!** .....

## Du hast einen starken Willen und bist bereit dazuzulernen, um deine Ziele zu erreichen?

- ★ Du brauchst für deine Selbstständigkeit die Bereitschaft, dich weiterzuentwickeln und Durchhaltevermögen, um deinen eigenen Fitnessclub zu gründen und ihn langfristig zum Erfolg zu führen.

✓  
✓  
**JA!**  
✓

⋮  
**NEIN!** .....

## Dir ist bewusst, dass neben vielen Vorteilen auch Rahmenbedingungen in einer Franchisepartnerschaft eingehalten werden müssen?

- ★ Die Rechte und Pflichten von Franchisenehmer\*innen und dem Franchisegeber sind in einem Vertrag geregelt.

✓  
✓  
**JA!**  
✓

⋮  
**NEIN!** .....

## Du hast Ersparnisse, die du für deinen Neustart verwenden kannst?

- ★ Um in Deutschland und Österreich ein Darlehen in Höhe des Gesamtinvestments für deinen Mrs.Sporty Club zu erhalten, verlangt die Bank einen Nachweis über 10.000 € Eigenkapital.

✓  
✓  
**JA!**  
✓

⋮  
**NEIN!** .....

- ☹️ Für eine Gründung brauchst du Kraft, Lebensfreude und geistige Fitness. Umso besser dein Wohlbefinden, umso schneller erreichst du deine persönlichen und beruflichen Ziele.

- ☹️ Als Fitnessstudio-Inhaber\*in hast du täglich mit Menschen zu tun und unterstützt sie dabei ihre Ziele zu erreichen.

- ☹️ Die perfekten Unternehmer\*innen gibt es nicht vom ersten Tag an. Eine Franchisepartnerschaft bietet dir Unterstützung und die Chance Schritt für Schritt in deine Rolle reinzuwachsen.

- ☹️ Als Franchisepartner\*in nutzt du das gesamte Know-how des Franchisesystems. U.a. erhältst du Marketingkampagnen, Verkaufsschulungen, Gebietsschutz, Zugang zum Handbuch und deinen persönlichen Berater.

- ☹️ Die meisten Franchisepartner\*innen von Mrs.Sporty finanzieren ihre Gründung mit einem Bank-Darlehen.

ALLES MIT **JA!** BEANTWORTET? WEITERE INFORMATIONEN >>



# DER TEST HAT DICH NEUGIERIG GEMACHT?

Dann empfehlen wir dir das Buch „SELBSTSTÄNDIGKEIT JETZT!“.

Das gibt es gratis als E-Book!  
[www.mrssporty-franchise.de/kontakt](http://www.mrssporty-franchise.de/kontakt)

Weitere Informationen unter  
[www.mrssporty-franchise.com](http://www.mrssporty-franchise.com)  
**E-Mail:** [franchise@mrssporty.com](mailto:franchise@mrssporty.com)

## SELBSTSTÄNDIGKEIT MIT FRANCHISE IST CLEVER! ERÖFFNE AUCH DU DEINEN EIGENEN MRS.SPORTY CLUB! WIE? DAS ERFÄHRST DU IN DEM E-BOOK:

- ! Was beinhaltet das Fitnessstudio-Konzept und wie sichert sich Mrs.Sporty Platz 1 am Frauenfitnessmarkt?
- ! Welche Voraussetzungen und Qualifikationen sind für eine Gründung erforderlich?
- ! Welche Schulungen und Weiterbildungen bietet Mrs.Sporty vor und nach der Club-Eröffnung?
- ! Wie umfangreich sind die Beratungsleistungen zu den Themen Businessplan und Finanzierung?
- ! Wie kann die Gründung eines Clubs finanziert werden?
- ! Was sollte ein Standort für die Eröffnung eines Mrs.Sporty Clubs mitbringen?

# DEIN ERFOLGSBOOSTER

Studierende oder Auszubildende  
in Deinem Club

- /// Flexibel einsetzbar
- /// Zahlreiche Lizenzen inklusive
- /// Hohe Präsenzzeiten im Betrieb

## Betriebliche Ausbildung

Sport- und Gesundheitstrainerin/  
Sport- und Fitnessbetriebswirtin

## Dualer Bachelor-Studiengang

Fitnesswissenschaft und  
Fitnessökonomie

## Dualer Master-Studiengang

Prävention, Sporttherapie und  
Gesundheitsmanagement



**Einer für alles – Dein Bildungspartner**

IST-Studieninstitut | IST-Hochschule für Management  
0211 8 66 68-0 | [www.ist.de](http://www.ist.de) | [www.ist-hochschule.de](http://www.ist-hochschule.de)



**Bildung,**  
die bewegt

**Grit Kux** ist eine wahre Powerfrau. 2016 gründete sie ihren Mrs.Sporty Club in Gera. Die bemerkenswert starke Unternehmerin führte ihren Fitnessclub innerhalb kurzer Zeit zum Erfolg. Aufgrund ihrer Persönlichkeit sowie der außergewöhnlichen Club-Entwicklung wurde sie 2017 vom Deutschen Franchiseverband (DFV) zur „Franchisepartnerin des Jahres“ nominiert.



„Bevor ich meinen Fitnessclub eröffnete, war ich über 20 Jahre im medizinischen Vertriebsbereich tätig. Der Beruf machte mir viel Spaß, doch hatte er auch seine Schattenseiten. Ich war viel unterwegs und konnte meine Familie nur selten sehen. Die häufigen und langen Autofahrten waren auch nicht gerade gesundheitsfördernd. Von meinem Arzt kam die Anweisung, ich solle Sport noch stärker als bisher in meinen Alltag integrieren. Dies war der Auslöser für meinen Neuanfang.“

*“Ich suchte nach einer Geschäftsidee, mit der ich meine langjährigen Vertriebsertfahrungen mit meiner Sportbegeisterung in Einklang bringen konnte.”*

Schnell kam ich auf Mrs.Sporty und mir war sofort klar: Ich möchte auch meinen eigenen Club. Dass ich heute gemeinsam mit meinem Team Frauen zu einem gesünderen Leben verhelfen und bei dem Erreichen ihrer individuellen Ziele unterstützen kann, macht mich glücklich.“

# SELFMADE MIT FRANCHISE

Die Liste der Unternehmer\*innen von Mrs.Sporty ist lang und bunt. Sie zeigt eine starke Community von über 300 Franchisepartner\*innen, die gemeinsam eine Vision verfolgen. Und doch sind sie alle mit ihren Mrs.Sporty Clubs selbstständige Unternehmer\*innen an ihren Standorten. Im Franchising entsteht so eine Dynamik und Synergien, die in der Wirtschaft einzigartig ist.

Wir stellen einige Unternehmer\*innen und ihre Motivation einen oder mehrere Mrs.Sporty Clubs zu betreiben vor. Ob Krankenschwester, Physiotherapeut\*in, Sport- und Ernährungswissenschaftler\*in, Hotel- oder Bankkauffrau/ mann, Leistungssportler\*in - Sie alle haben sich ihren Traum von ihrer Selbstständigkeit erfüllt - mit Franchise.

**Christian Wittenzellner**, 37, ist Profisportler und Inhaber des Mrs.Sporty Clubs in Regensburg. Sich von Rückschlägen nicht unterkriegen lassen: Aufstehen und weitermachen! Diese und viele weitere Gemeinsamkeiten haben seiner Meinung nach Profisportler\*innen und Unternehmer\*innen.

„Das wichtigste für mich als Profisportler ist: fokussiert bei der Sache zu bleiben, sich nicht ablenken zu lassen, sein Ziel immer im Auge zu behalten. Das brauche ich natürlich auch als Unternehmer: Ich muss zielstrebig sein, darf mich von Rückschlägen oder Änderungen nicht unterkriegen lassen und muss auch bereit sein, hart für meine Ziele zu arbeiten.“

*“Erst in meiner späteren beruflichen Laufbahn habe ich gemerkt, dass meine persönliche Stärke anderen etwas beizubringen und die meiste Erfüllung bringt.”*

Bestimmte Verhaltensweisen, die ich als Profisportler viele Jahre lang hart trainiert habe, helfen mir jetzt bei meiner Selbstständigkeit.“



**Verena Benz**, Clubinhaberin von Mrs.Sporty Baar/Schweiz, kombiniert Ihre Selbstständigkeit und Mutter sein und genießt ihre Doppelrolle: *“Mami sein und Mrs.Sporty leiten, ist die perfekte Mischung für mich!”*

„Der damalige Bürojob war nichts mehr für mich. ‘Warum nicht selbstständig werden?’, dachte ich. Ganz alleine etwas aufbauen wollte ich aber nicht. Die Idee, selbst einen Mrs.Sporty-Club aufzubauen, ließ mich nicht mehr los. Das Konzept hat mich sofort überzeugt. Sorgen habe ich mir damals tatsächlich nicht gemacht. Ich war 25 und habe es einfach probiert. Ich dachte mir: Wenn es nicht klappt, kann ich wieder etwas anderes machen. Heute bin ich drei Tage in der Woche in meinem Mrs.Sporty Club in Baar, zwei Tage bin ich daheim für meine Tochter da.“

*“Unternehmerin und Mutter sein? Mrs.Sporty macht's möglich!”*

Das ist die perfekte Aufteilung für mich. Ich kann beide Rollen richtig genießen. Es ist schön zu erleben, wie meine Tochter die Welt entdeckt und sich entwickelt. Aber immer nur Zeit auf dem Spielplatz zu verbringen, wäre mir zu einseitig. Bei Mrs.Sporty kann ich mich mit völlig anderen Herausforderungen und Themen beschäftigen.“

**JETZT DUALER  
AUSBILDUNGSBETRIEB  
WERDEN UND PROFITIEREN**

## FACHKRÄFTE SICHERN

- langfristig
- innovativ
- kosteneffizient

**... ODER EINFACH SELBER  
INS DUALE STUDIUM STARTEN**

## Für Freunde des Sports.

Jetzt informieren oder  
direkt bewerben!

 [www.fhsmg.de](http://www.fhsmg.de)

 0331 907 57 103



**Elvira Kölbl-Catic** ist verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Die ausgebildete Krankenschwester ist seit 2014 Franchisepartnerin. Drei Clubs hat sie in der Nähe von Wien übernommen. 2018 wurde sie vom Österreichischen Franchiseverband (ÖFV) mit dem Award „Franchisepartnerin des Jahres“ ausgezeichnet.



„2009 wurde ich Mitglied bei Mrs.Sporty. 2014 dachte ich: ‘Es wäre so cool, wenn ich meinen eigenen Club hätte.’ Nach zehn Jahren im Management eines Krankenhauses wollte ich endlich eine Veränderung und meine eigene Chefin sein. Heute bin ich Inhaberin von drei Clubs in der Nähe von Wien.“

*“Ich liebe es, meine Mitglieder und meine Teams zu begeistern und bin gerne Vorbild.”*

Mir liegt es am Herzen Frauen für Sport und Gesundheit zu begeistern und sie zu motivieren. Mit dem Konzept von Mrs.Sporty gelingt das wunderbar. Dass Mrs.Sporty so viel Weitblick hat und Innovationen für uns Franchise-Partner\*innen antreibt, schätze ich sehr.“

**Nick Bolli**, 42, ist leidenschaftlicher Sportler und hat in seiner Laufbahn schon viele Fitnessclubs gesehen. 2017 eröffnet er selbst einen Club. Der ehemalige Profisportler (Eishockey) plant bereits seinen zweiten Club in Luzern/Schweiz.

„2017 eröffnete ich meinen Mrs.Sporty-Club in Luzern und war damals der erste männliche Franchise-Partner von Mrs.Sporty in der Schweiz. Ob ich mich in der Frauendomäne ein wenig fehl am Platz fühlte? Ganz und gar nicht.“

*“Bei Mrs.Sporty herrscht wirklich eine ganz besondere Energie.”*

Das Konzept hat mich sofort gepackt und ich habe schon früher viel in Frauenteamen gearbeitet. Der Entschluss mit Mrs.Sporty in die Selbstständigkeit zu gehen, fiel mir sehr leicht. Ich nahm sofort die nötige Weiterbildung für die Clubführung in Angriff. Im Bereich Training hatte ich mit meinen vielen Jahren Sport genug Erfahrung. Auch Führungserfahrung konnte ich vorweisen.

Was ich noch brauchte, war Know-how im Verkauf: Da hatte ich noch einiges zu lernen. Die Ausbildungen von Mrs.Sporty sind dafür sehr hilfreich. Ich finde es gut, dass dieser Wissenstransfer für Franchise-Partner\*innen vorgeschrieben ist. In kurzer Zeit lerne ich sehr viel und als Partner kann ich immer wieder an Weiterbildungen, Schulungen und Workshops teilnehmen. Die Trainingsmethode von Mrs.Sporty und die Tätigkeit als Clubinhaber gefällt mir sehr: Coaching, therapeutische Ansätze, mit Menschen arbeiten und Sport – die perfekte Kombination für mich. Mrs.Sporty kam wie gerufen.“



Als **Kirsten Krist** ihren Job als Niederlassungsleiterin kündigt und sich in Mainz mit Mrs.Sporty selbstständig macht, ist sie 50 Jahre alt. Drei Franchisegeber schaut sie sich genauer an. Am Ende entscheidet sie sich klar für Mrs.Sporty.

„Ich hatte einen sicheren Job im Management. Trotzdem habe ich mich entschieden, zu kündigen und mich beruflich völlig neu auszurichten. In meinem alten Job habe ich einfach keinen Sinn mehr gesehen. Ich will für etwas arbeiten, das Menschen glücklich macht. Das erfüllt das Konzept von Mrs.Sporty. 2018 eröffnete ich meinen Club in Mainz.“

*“Ich bin ein Machertyp und treffe gerne eigene Entscheidungen.”*

Für mich stand fest: Ich will mit meinem eigenen Unternehmen durchstarten, nur möchte ich es nicht alleine aufbauen. Das dauert mir zu lange. Deshalb kam für mich nur ein Franchisesystem in Frage, bei dem Marke und Konzept bereits am Markt etabliert sind. Bei dem Mrs.Sporty Konzept wusste ich genau: Das ist mein Ding. Die notwendigen Trainerlizenzen und Fortbildungen habe ich dann durch Ausbildungen an der Mrs.Sporty Academy erhalten.“



*"Kind oder Karriere?" - Eine Frage, die sich Frauen nach der Elternzeit leider immer noch stellen müssen, denn der Arbeitsmarkt macht es Müttern nicht gerade leicht.*

**Angelika Laurer**, 50, ist dreifache Mutter und seit Anfang 2018 Inhaberin des Mrs.Sporty Clubs in Seeheim-Jugenheim. Sie hat nach ihrer Mutter-Kind-Zeit den Wiedereinstieg ins Berufsleben geschafft.

„Ich liebe das, was ich heute tue. Jeden Tag erlebe ich in meinem eigenen Mrs.Sporty Club die vielen positiven Reaktionen und Erfolge meiner Mitglieder. Sie kommen gerne in mein Frauen-Fitnessstudio und starten mit dem Training in ein fitteres Leben. Dass ich mich als Quereinsteigerin mit dem Konzept von Mrs.Sporty selbstständig gemacht habe, war der richtige Schritt - auch wenn es anfangs nicht einfach war. Ich kann eigenständig arbeiten und einer sinnvollen Tätigkeit nachgehen.“

*“Ich habe ein starkes Team hinter mir und bin stolz auf das, was ich mir aufgebaut habe.”*

Nach meiner Elternzeit hätte ich nicht gedacht, dass eine berufliche Karriere für mich noch einmal funktionieren wird. Wenn man als dreifache Mutter mit 50 wieder in die Berufswelt einsteigen will, stehen die Arbeitgeber nicht gerade Schlange. Doch ein Job mit Führungsqualitäten und Verantwortung - genau sowas liegt mir. Ich habe durch Zufall gemerkt, dass ich die besten Voraussetzungen für eine Unternehmensgründung mit Franchise mitbringe.“

**Raphael Schütte**, 29 Jahre, betreibt gleich mehrere Mrs.Sporty Clubs in Hannover. Zusätzlich ist er als Referent an der Mrs.Sporty Academy tätig und unterstützt neue Franchise-Partner\*innen bei ihrer Grundausbildung im Trainingsbereich.

„Ich wollte nach meinem Studium nicht als Angestellter im Fitnessbereich arbeiten, sondern gleich mein eigenes Unternehmen aufbauen. Dass ich Franchise für mich entdeckt habe, kam zu diesem Zeitpunkt wie gerufen.“

*“Selbstständigkeit mit Mrs.Sporty hat für mich nur Vorteile.”*



HOBBY.  
BERUF.  
BERUFUNG.

WERDE  
TRAINER!

Ich habe ein erfolgserprobtes Konzept an die Hand bekommen, das ich in Hannover nur noch umsetzen musste. Vom ersten Gespräch mit Mrs.Sporty bis zu meiner ersten Club-Eröffnung sind nur zehn Monate vergangen. Auch wenn mein BWL- und Sportstudium hilfreich waren - notwendig ist es nicht, um als Franchise-Partner\*in erfolgreich zu sein. Wir haben eine eigene Academy, an der angehende Club-Inhaber\*innen das gesamte Kow-how erlernen. Mittlerweile bin ich auch an der Academy als Referent tätig und gebe meine Erfahrungen weiter. Hier begegne ich vielen Quereinsteiger\*innen, die vorher nichts im Sportbereich gemacht haben. Das Wichtigste, was man mitbringen muss, ist Freude am Lernen, Spaß am Kontakt mit Menschen, Sportbegeisterung und Lust am Unternehmertum. Das Handwerk, um mit Mrs.Sporty erfolgreich zu werden, bietet der Franchisegeber. Man muss es sich nur nehmen und umsetzen."

**10%  
RABATT\***

Code: **mrssporty10**

Online buchen unter

[www.akademie-sport-gesundheit.de](http://www.akademie-sport-gesundheit.de)



**Fitnesstrainer** · Medizinischer Fitnesstrainer · Functional Trainer · Personal Trainer · **Pilates Trainer** · Yoga Trainer  
Faszien Trainer · Aquafitness Trainer · **Ernährungsberater**  
**Wirbelsäulengymnastik Trainer** · Group Fitness Trainer  
Progressive Muskelentspannung · **Autogenes Training**  
Kinder- Entspannungstrainer · **Kinesiologisches Taping**  
**Nordic Walking Trainer**



**AKADEMIE**  
für Sport und Gesundheit

\*10% Rabatt mit dem Gutscheincode **mrssporty10**.  
Gültig auf alle Ausbildungen bis einschließlich 31.12.2019.

# CIAO! CZEŚĆ! SALAM!

*Bianca Schumann, 31, arbeitet oft dort wo andere Urlaub machen. Heute fliegt sie nach Italien, um die Neueröffnung eines Mrs.Sporty Clubs in Mailand zu begleiten. Einige Tage später wird sie im Homeoffice in Köln eine Webkonferenz für über 30 Club-Inhaber\*innen in Polen halten. Und dann packt sie auch schon wieder ihren Koffer und sitzt ein paar Stunden später im Flieger nach Bahrain. Hier bleibt Bianca gleich mehrere Tage. Sie kann dann in ihrer Freizeit das Leben in der Ferne genießen, die neue Kultur entdecken und in neue Lebensweisen eintauchen. Klingt für viele nach einem Traumjob, doch nicht jeder ist dafür geeignet. Bianca schon! Sie liebt das Reisen und empfindet ihr Leben fernab der eigenen Komfortzone als aufregend. Viele Jahre lebt Bianca schon so. Nach ihrem Schulabschluss gönnt sie sich ein Work & Travel-Jahr in Australien. Seit ihrem Dual Studium in Fitnessökonomie beeindruckt die Wahlkölnerin viele aus der Mrs.Sporty Community mit ihrer beachtlichen Karriereentwicklung.*

---

## Story - Bianca Schumann, International Business Consultant

"Es ist toll zu sehen, dass egal wo auf der Welt ich einen Mrs.Sporty Club betrete, alle Frauen die gleichen Ziele haben und wir sie dabei unterstützen, sie zu erreichen. Als International Business Consultant kann ich mein Hobby Reisen mit meinen beruflichen Stärken wunderbar verbinden. Als Beraterin versorge ich unsere Franchise-Partner\*innen und ihre Teams im Ausland mit fachspezifischem Wissen. Alle Neuerungen, die in der Zentrale in Berlin entwickelt und im Franchise-System zuerst in Deutschland, Österreich und in der Schweiz ausgerollt werden, bringe ich zum Beispiel zu unseren Partner\*innen in alle weiteren Länder. Aktuell zählen Polen, Italien, Bahrain, Belgien und die Niederlande dazu.

*“Mein Glücksbringer – ein kleiner pinker Faszieuball, den ich von unserer Produkt Managerin Kerstin Kolata geschenkt bekommen habe – ist auf meinen Geschäftsreisen immer dabei.”*

Es macht mir großen Spaß, dazu beizutragen, dass das Know-how von Mrs.Sporty allen Clubs auf der Welt zur Verfügung steht. Dafür packe ich immer wieder gerne meinen pinken Koffer und mache mich auf den Weg Kolleg\*innen im Ausland zu schulen. Zum Glück werden es immer mehr. Zu tun gibt es genug. Es stehen Monat für Monat neue Club-Eröffnungen in verschiedenen Ländern an. Wenn ich dann später sehe, wie gut sich die Clubs entwickeln, wie viele neue Mitglieder sie aufbauen, dann macht mich das stolz. Der Kontakt zu den Club-Manager\*innen und den Master Franchise-Partner\*innen bleibt nach den Eröffnungen bestehen. Ich kann weiterhin mit ihnen zusammenarbeiten und sie beraten. Dank vieler Online-Tools steige ich dafür dann aber nicht jedes Mal in den Flieger."



MRS.SPOR

MRS.SPORTY

# NACH-GEFRAGT.

## Was willst Du bei Mrs.Sporty noch erreichen?

Ich habe ein großes Ziel: Wenn Mrs.Sporty mit seinem Konzept nach Australien geht, möchte ich dort die Club-Eröffnungen begleiten. Es wäre toll, wenn wir auch den Australischen Markt erobern und ich werde dann als Club-Managerin arbeiten. Schon als ich 2008 bei Mrs.Sporty angefangen habe, schmiedete ich den Plan. Momentan leite ich das International Department bei Mrs.Sporty und bin so meinem Traum ein Stückchen nähergekommen.

## Was spornt Dich bei Deiner Arbeit an?

Die direkten Erfolge bei unseren Franchise-Partner\*innen zu sehen und die Abwechslung in meinem Job motivieren mich sehr. Die Vision von Mrs.Sporty spornt mich am meisten an: Mehr Lebensqualität für Frauen auf der ganzen Welt! Die Vision lebe ich täglich. Wenn man von oben auf die Welt schaut, ist sie ganz pink. Das ist eine großartige Vorstellung.

## Was würdest Du arbeiten, wenn Du nicht müsstest?

Dann würde ich in Dritte-Welt-Länder fliegen, dort Schulen aufbauen und Englisch unterrichten.

## Was zeichnet für Dich Mrs.Sporty als Arbeitgeber aus?

Ich bin sehr glücklich über das Vertrauen, von Köln aus arbeiten zu dürfen, obwohl die Zentrale in Berlin ist. Ich schätze es, dass mir so viel Freiraum gegeben wird, in dem was ich mache und das ich oft miteinbezogen werde. Mein Input wird wertgeschätzt. Außerdem geht die Mrs.Sporty-Zentrale auf individuelle Motivatoren der Mitarbeiter\*innen ein. Mein Motivator war noch nie Geld, sondern zeitliche Flexibilität und Reisen – das wird mir ermöglicht.

Hinzu kommt das Schulungsangebot, das die Zentrale bietet. Manchmal sind auch externe Mentalcoaches dabei. Das hat mich in meiner Arbeit weitergebracht, aber auch privat.



*Die Mrs.Sporty Club-Eröffnung in Bahrain war für Bianca ein ganz besonderes Erlebnis. Zur Bewerbung der Neueröffnung schulte sie das Trainerteam vor Ort. Auch ging sie gemeinsam mit dem Club Team auf Promotion-Tour.*



## **BIANCA SCHUMANN**

- 2008** *Dual Studium B.A. Fitnessökonomie an der DHfPG/Mrs.Sporty Club Duisburg*
- 2010** *Club-Managerin in drei Mrs.Sporty Clubs in NRW  
Club-Coach (Mrs.Sporty Franchise-Zentrale)*
- 2014** *Supervisor Development Camps  
(Mrs.Sporty Franchise-Zentrale)*
- 2015** *Club Development Manager  
(Mrs.Sporty Franchise-Zentrale)*
- 2016** *International Business Manager  
(Mrs.Sporty Franchise-Zentrale)*

# IMPRESSUM

CORPORATE IMAGE MAGAZIN

Mrs.Sporty Karriere **N°1**

Schwerpunkt Begeisterung im Job

HERAUSGEBER:

**MRS.SPORTY**  
*Franchise*

Mrs.Sporty GmbH

Helmholtzstraße 2-9

D-10587 Berlin

[www.mrssporty-franchise.de](http://www.mrssporty-franchise.de)

Geschäftsführer: Niclas Bönström, Erik Büchin

Redaktion: Doreen Giese

| [dgiese@mrssporty.com](mailto:dgiese@mrssporty.com)

Artdirektion: Anna-Kristina Schröder

| [hello@anna-k-schroeder.com](mailto:hello@anna-k-schroeder.com)

Corporate Kampagnen-Fotos: Marco Baass

| [picture@marcobaass.com](mailto:picture@marcobaass.com)

Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Ramona Daub, Juliane Kühn

verantwortlich für den Anzeigenteil

dieser Ausgabe: Doreen Giese

Druck: impress media GmbH

Auflage: 40.000

Bestellservice Print/E-Book:

| [franchise@mrssporty.com](mailto:franchise@mrssporty.com)

Leserservice Franchise:

| [franchise@mrssporty.com](mailto:franchise@mrssporty.com)

Leserservice Karriere:

| [personal@mrssporty.com](mailto:personal@mrssporty.com)

Leserservice Mitglieder:

| [info@mrssporty.com](mailto:info@mrssporty.com)

EXTRA-POWER FÜR DEIN STUDIO



IN UNSEREM DUALEN  
BACHELOR-  
STUDIENGANG  
SPORT- UND  
ERNÄHRUNGSCOACH  
FINDEST DU:

✓ QUALIFIZIERTE UND  
MOTIVIERTE STUDIERENDE  
FÜR DEIN TEAM

✓ ZEIT- UND KOSTEN-  
ERSPARNIS BEI DER  
PERSONALSUCHE

✓ 3 JAHRE EXTRA-POWER  
FÜR DEIN STUDIO

THEORIEPHASEN IN KÖLN ODER ROSTOCK  
PRAXISPHASEN IN DEINEM STUDIO  
START ZUM 1. OKTOBER JEDEN JAHRES

Alle Infos unter:

☎ 0381 80 87 120

✉ [unternehmenskooperation-ges@eufh.de](mailto:unternehmenskooperation-ges@eufh.de)

[eufh.de/gesundheit](http://eufh.de/gesundheit)



EUROPÄISCHE  
FACHHOCHSCHULE  
Fachbereich Angewandte Gesundheitswissenschaften

[eufh.de](http://eufh.de)





# MRS.SPORTY

**MRS.SPORTY FRANCHISE**

**DEUTSCHLAND**

[www.mrssporty-franchise.de](http://www.mrssporty-franchise.de)

**ÖSTERREICH**

[www.mrssporty-franchise.at](http://www.mrssporty-franchise.at)

**SCHWEIZ**

[www.mrssporty-franchise.ch](http://www.mrssporty-franchise.ch)