



'Voor 5.500 euro per jaar een betere versie van jezelf'

Personal trainers als Danny van Brussel verkopen doorzettingsvermogen

De formule voor een gezond leven is simpel: minder eten, meer bewegen, voldoende slapen. Maar voor veel mensen blijft dit onmogelijk. Zij kunnen baat hebben bij een personal trainer.

SANDER LINDENBURG 01-02-2017

Zonder de dwingende hulp van een personal trainer kunnen veel mensen het niet opbrengen om zich ertoe te zetten een gezond(er) leven te gaan leiden. Het is de basis voor het recente succes van personal trainers in Nederland. Volgens de prognoses van de Rabobank voor 2017 is het een branche die heel snel gaat groeien.

„De consument is minder loyaal geworden, wil zich niet binden aan een langlopend lidmaatschap en is gevoelig voor prijsacties", schrijft de bank. „Tegelijkertijd ontstaan als tegenreactie op de grote ketens allerlei kleinschalige, innovatieve concepten in de vorm van personal training, outdoor training en boutique-studio's. Deze spelen in op de behoefte van een deel van de doelgroep aan persoonlijke begeleiding."

De groei van het aantal personal trainers laat zich echter moeilijk vatten in cijfers. Verder dan 'enkele duizenden' komen betrokkenen niet. De Kamer van Koophandel kan ook geen uitkomst bieden. „We hebben geen aparte codes voor personal trainers in ons systeem", zegt Debby van Wijngaarden van de KvK. Er is ook geen branchevereniging. Punt is dat 'personal trainer' geen beschermde functie is. Iedereen mag zich zo noemen. En de ene trainer houdt zich alleen bezig met het fysieke deel, terwijl anderen ook yoga, voeding en mindfulness in hun pakket hebben.

Hem Spilker van AALO Opleidingen, een landelijke organisatie die onder meer in Apeldoorn opleidingen voor personal trainers verzorgt, bevestigt de groei in deze sector. „We hebben vorig jaar 250 studenten afgeleverd“, zegt de opleidingscoördinator. Bij zijn organisatie kan een student voor 2.300 euro een opleiding personal trainer volgen. „Daar ben je dan acht maanden mee bezig. Een dag in de week ga je naar school, de rest is thuisstudie, waarbij je door de week toch ook op vijftien uur moet rekenen, onder andere vanwege stages.“ AALO, volgens Spilker marktleider, biedt ook opleidingen op het gebied van yoga, voeding en mindfulness en meditatie.

Wat te doen als de markt waarin je opereert overvol is? Dan kies je het hoogste segment. Dat deed Danny van Brussel (32) uit Zwolle. Hij adverteert onder de naam 'Elite Transformation' met zijn diensten als personal trainer voor een bedrag van 5.500 euro per jaar. „Wel ineens afrekenen“, zegt hij.

Van Brussel vindt dat hij dat bedrag waard is en dat het mensen die 'echt de beste versie van zichzelf in 2017 willen realiseren' zoiets kunnen en willen betalen. „Je spaart toch ook zo'n bedrag voor een andere auto? Waarom hier dan niet voor?“

Volgens Van Brussel is het belangrijk voor zijn klanten om hun doel in het leven helder te krijgen, want daar mankeert het vaak aan. „Je moet beginnen met de waarom-vraag. Als je niet weet waarom je het doet, zie je geen noodzaak en zul je nooit tot de beste versie van jezelf komen.“

De Zwollenaar heeft twaalf jaar ervaring als sport- en yoga-instructeur. Hij voer onder meer enige tijd als personal trainer mee op cruiseschepen. „Daar kreeg ik een bedrag van 120 dollar per uur voor dat werk. Zo ken ik mijn marktwaarde.“

De landelijke ontwikkeling is dat personal trainers zich verhuren voor bedragen van 'slechts' zo'n 50 euro per uur. „Op die manier krijg je niet veel structuur en continuïteit. Dat wil ik wel bieden. Mensen kunnen 24 uur per dag een beroep op mij doen. Het gaat niet alleen om sportieve begeleiding, ook om het aanreiken van mogelijkheden om jezelf geestelijk te verrijken. Zo is er een leeslijst met boeken die ik aanbeveel. Verder trainen we met de Fitbit, een armband die exact bijhoudt hoeveel je beweegt, slaapt en eet.“

Steuntje

Miranda Kinhuis uit Dedemsvaart, van de Diëtistengroep.nl die opereert in een gebied van Deventer tot Hoogeveen en van Hardenberg tot Zwolle, zegt dat ze zich goed kan voorstellen dat het aantal personal trainers groeit. „Er zijn veel mensen die een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Niet alleen mensen met overgewicht, ook rokers. De hulp is nodig, want anders hadden ze het zelf wel gedaan.“

Ze verwacht dat niet veel van haar cliënten gebruikmaken van zo'n trainer. „Een bedrag van 75 euro twee keer per week is veel te duur voor de meeste mensen. En van de mensen die het wel neerleggen, ben ik benieuwd hoe ze er over twee jaar uitzien. Je kunt in negen maanden veel afvallen, maar daarna? Je krijgt geen garanties.“

