

„Instruktor, Sportmanager oder Internatsleiter für junge Fußballtalente aus Ghana?“



Dean Bonnah hat viele Zukunftspläne. Zunächst durchläuft er eine Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann



Von Klaus-Peter Martin

Samstagmorgen, kurz vor 9 Uhr. In der Hanauer Landstraße, unter der Woche eine der Hauptverkehrsadern in Frankfurt, ist noch nicht viel los. Problemlos findet man sogar einen Parkplatz. Vor dem Kieser Trainings-Betrieb stehen zu dieser frühen Stunde bereits einige Kunden und warten darauf, dass die Türe geöffnet wird. Punkt 9 Uhr werden sie im großzügigen Fitnessstudio, das mit modernsten Maschinen eingerichtet ist und sehr seriös wirkt, von Dean Bonnah und seinen Kolleginnen und Kollegen begrüßt. Dean Bonnah macht hier parallel zur Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann eine Ausbildung zum Instruktor, so nennen sich bei Kieser Training die Trainer. Der 27-Jährige erklärt den Hintergrund: „Wir leiten zum selbstständigen Training an. Die Kunden lernen, selbst die Maschinen einzustellen und zu bedienen. Wir trainieren hier nicht nach Wiederholung, sondern bis zur lokalen Erschöpfung. Diese soll zwischen 60 und 90 Sekunden erreicht werden; kommt der Trainierende über 90 Sekunden, steigert er um 5 Prozent; schafft er das Ziel nicht, reduziert er um 5 Prozent. Das wird alles auf einer Trainingskarte festgehalten.“ Die Instruktoren sind bei den ersten, sogenannten begleiteten Trainings dabei, instruieren also den Kunden und bieten auch später immer wieder Kontrolltrainings an, erklären Therapietafeln etc. Im weiteren Verlauf ist es die Aufgaben der Instruktoren, im Trainingsraum anwesend zu sein, den Trainierenden als Ansprechperson zur Verfügung zu stehen und auf die Trainingsqualität zu achten.

Dean steht am Beginn seiner Ausbildung, er hat aber bereits die ersten internen Seminare hinter sich. Sie sind Voraussetzung und eine Art Aufnahmeprüfung für eine Ausbildung zum Sport-

und Fitnesskaufmann bei Kieser Training. „Bei diesem internen Ausbildungsprogramm kann man durchfallen. Jeweils am ersten Tag einer Qualifizierungswoche hat man einen Test und diese Tests muss man bestehen, sonst wird man nach Hause geschickt.“ Bei den Prüfungen geht es nicht um die eigene Fitness, sondern um die Theorie, die man sich mit Unterstützung eines Mentors im Betrieb, vor allem aber durch sehr gründliche individuelle Vorbereitung angeeignet hat. „Man muss in den Wochen schon etwas tun,“ bekräftigt Dean. „Auf das Programm muss man sich schon straff vorbereiten. Es ist nicht einfach.“

Kieser Training hat sein eigenes Konzept. Es wird viel Wert auf den medizinischen Bereich gelegt. Das ist aber auch der Hauptgrund, warum sich Dean gerade für eine Ausbildung bei Kieser Training entschieden hat. „Wir sind auf den Gesundheitsmarkt spezialisiert und deswegen möchte Kieser Training auch, dass wir dementsprechend Vorkenntnisse haben – zum Beispiel Krankheitsbilder erklären bzw. Befunde besprechen können und die Grundstruktur des Körpers kennen. Das wird alles geschult,“ erläutert Dean Bonnah. Die Instruktoren erstellen individuelle Trainingsprogramme für ein präventives Krafttraining zur Kräftigung der Muskulatur, Verletzungsvorbeugung, allgemeine Fitness; oder für ein therapeutisches Training für Personen mit Rückenschmerzen, Verspannungen, Haltungsschäden usw. Die ausgearbeiteten Pläne werden ärztlich kontrolliert und überwacht. „Wir haben hier mit einem abwechslungsreichen Publikum zu tun,“ erzählt Dean. Langweilig wird es nie. „Es ist sehr schön, den Fortschritt bei den Leuten zu sehen. Das Training, 1–2 mal eine halbe Stunde pro Woche, bringt den Kunden etwas.“ Gerade auch ältere Personen, die zu seinen Kunden zählen, werden durch das Training beweglicher und können ihren Alltag wieder besser bewältigen, beobachtet Dean Bonnah. „Das freut einen natürlich,“ bekennt er.

Sport- und Fitnesskaufmann ist ein dreijähriger Ausbildungsberuf, der vor allem in Fitnessstudios, aber auch bei Sportverbänden und größeren Vereinen ausgebildet wird. Überwiegend wird ein Realschulabschluss als Voraussetzung verlangt; jeder Zehnte der derzeitigen Auszubildenden hat aber lediglich einen Hauptschulabschluss. Und ein knappes Drittel bringt eine Hochschulzugangsberechtigung mit.

„Wichtiger als Schulnoten sind die sozialen Kompetenzen,“ meint Dean. „Vor allem, dass

man gut mit Menschen umgehen kann, dass man überhaupt Interesse hat an Menschen, dass man Interesse am sportlichen Bereich hat, aber auch am Wissen über Anatomie und ein bisschen über Medizin.“ Jugendliche, die meinen, ich bin sportlich, ich spiele Fußball, ich sehe gut aus, das wird schon reichen für den Beruf, täuschen sich. Man sollte auf jeden Fall überdurchschnittliche soziale Kompetenzen mitbringen: Kommunikationsfähigkeit, gute Umgangsformen, gepflegtes Äußeres sowie Organisationstalent sind unabdingbar für den Beruf. In der Berufsschule wird Dean sich mit den kaufmännischen Bereichen Finanz- und Wirtschaftskunde, Buchführung, Personalwesen, Material- und Warenwirtschaft, Marketing u. a. auseinandersetzen müssen.

Natürlich steht der Sport und die Fitness im Vordergrund. Dean Bonnah und seine Kollegen trainieren selbst zweimal pro Woche an den Geräten: „Man hat eine Vorbildfunktion, es ist authentischer, wenn man selbst etwas macht und wenn die Kunden einem sagen: Mensch, sie sehen aber fit aus.“ Sport hat das bisherige Leben des 27-Jährigen bestimmt. Früher stand er als Fußballer bei den Amateuren von Arminia Bielefeld unter Vertrag; heute spielt er in seiner Freizeit sehr viel Tennis und hat auch schon Erfahrung als Tennistrainer. Im Herbst wird Dean voraussichtlich seinen Tennis-Trainerschein bekommen und gerne würde er auch eine Ausbildung zum „Personal Coach“ und zum Gesundheitstrainer machen. „Bis zu meinem 35. Lebensjahr, solange ich noch jung und agil bin, möchte ich in diesem Bereich bleiben. Wenn man dann etwas älter ist, kann man dann vielleicht auch im Immobilienbereich arbeiten, denke ich,“ so seine Pläne für die Zukunft. Genauso kann er sich aber auch vorstellen, später ein Sportmanagementstudium dranzuhängen oder mit seinem Onkel, der mit Anthony Yeboah zusammen in der ghanaischen Nationalmannschaft gespielt hat, ein Internat in Afrika zu gründen. Die Idee dabei: Vereine aus Europa, die dieses Internat sponsern, haben ein Vorkaufsrecht für junge Talente. Und wer als Spieler den Durchbruch nicht schafft, der kann zumindest studieren.

Wenn Dean Bonnah seine Ausbildung erfolgreich durchlaufen hat, hat er zunächst einmal sehr gute Chancen auf eine Festanstellung bei Kieser Training. Auf der Internetseite finden sich Dutzende von Stellenangeboten für die Filialen weltweit.