

BODY-COACHES



Die Geschichte vom selbsternannten Star-Coach

Liebe Mitglieder meiner Facebook-Community, Liebe Anhänger von www.body-coaches.de,

ich möchte ich Euch in wenigen Zeilen eine kleine Geschichte erzählen die ich leider zum Fundus meiner schlechten Erfahrungen zählen muss.

Warum erzähle ich Sie?

Weil es mir am Herzen liegt möglichst viele von Euch vor so etwas zu bewahren.

Die Geschichte handelt von einem Personal-Trainer aus dem hohen Norden. Keiner in der Szene kennt ihn so richtig, außer von einigen Fotos und diversen Umfragen die er gelegentlich bei Facebook postet. Eine eher unsportliche Erscheinung.

Er bietet seine Dienst als Personal-Coach an, gibt vor individuelle Ernährungspläne zu verfassen und auch ein eigenes Trainingskonzept sein eigen zu nennen.

Er arbeite gegen Vorkasse und bis die Überweisungen geflossen sind, ist er stark erpicht Kontakt aufzunehmen und zu halten. Man erwartet viel weil er noch mehr verspricht. Eine Betreuungsvereinbarung schließt er nicht ab, so etwas braucht man nicht als professioneller Coach...

Irgendwann erhielt unser Coach sein Geld und sendete darauf hin den ersten Ernährungs- und Trainingsplan in Form einer formlosen Email mit einigen Rechtschreibfehlern ohne Absätze.

Die Email beinhaltet einen Ernährungs“plan“ wie ihn jeder etwas belesene, normal Trainierende Breitensportler hätte erstellen können der öfter mal in der FLEX blättert. 5 Mahlzeiten, viel Protein, moderat Kohlenhydrate, etwas Fett (ohne Rücksicht darauf zu nehmen, wie die Gewichtung ausfällt) und die Standart Supplements Creatin, Glutamin, BCAA und L-Arginin. Der Plan nahm weder Rücksicht auf die vorherige Kalorienaufnahme des Klienten noch auf Vorlieben in Sachen Lebensmittel. Keine summierte Kalorienaufnahme, keine Nährstoffübersicht nichts... das alles ist nicht wichtig!!

Unterhalb dieser Email waren dann noch 5-6 Zeilen in dem das selbst ausgearbeitete Trainingssystem vorgestellt wurde, ein Trainingssystem für Hypertrophie mit vornehmlich statischer Arbeitsweise (viele wissen das genau, dass genau dies das denkbar ungünstigste ist, das man für Muskelhypertrophie tun kann)

Von diesem Zeitpunkt an sieht unser Coach seine Arbeit erst einmal als getan an, verlangt aber 2-wöchentliche Updates mit Fotos und Daten. Der Kontakt bricht weitestgehend ab. Anfragen bzgl. neuer Planungen werden ignoriert oder man wird vertröstet. Die Wochen vergehen und die zweite Rate der Vorkasse steht an. Unser Coach bäumt sich wieder auf. Wieder neue Versprechen, revolutionäre Neuerungen die er geplant hat usw.. leider passiert nichts davon.

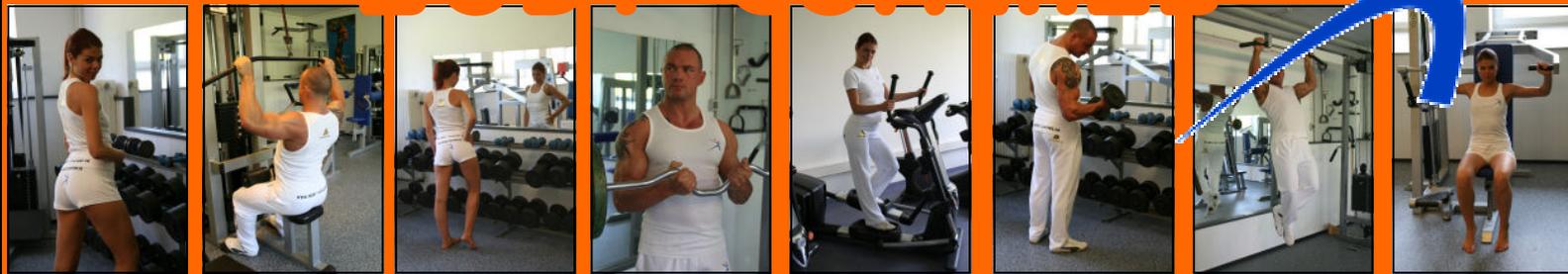
Email 2 enthält denselben Ernährungs“plan“ nur leicht verändert und eine Zeile in der steht, man solle auch das Trainingssystem in 1-2 Dingen verändern bevor man dann einige Wochen später wieder auf konventionelles Hypertrophietraining umsteigt.

Dies ist der Zeitpunkt an dem unser Klient seinen Missmut kundtut und von da an wird der Kontakt komplett eingestellt, keine Rücküberweisung für nicht getätigte Dienste, nichts.

WWW.BODY-COACHES.DE

IHR ZIEL IST UNSERE HERAUSFORDERUNG !

BODY-COACHES



Die Geschichte vom selbsternannten Star-Coach

— Seite 2 —

Unser Klient versteht die Welt nicht mehr und wird in Zukunft nie mehr einem Ernährungsberater sein Vertrauen schenken.

Diese kleine Geschichte hat sich tatsächlich so zugetragen...leider...

Ich appelliere daher an alle meine Anhänger, Leserinnen und Leser:

Sucht Euch Eure Vertrauensperson mit Bedacht aus, prüft Referenzen genau und verlangt eine Betreuungsvereinbarung (die im übrigen Pflicht ist wenn man professionell arbeitet). Es gibt leider wie überall auch in diesem Bereich schwarze Schafe wie unseren Star-Coach p.b. aus dem hohen Norden. Wichtig ist für Euch nicht auf derartige Leute herein zu fallen und auf das richtige Pferd zu setzen.

Ich wünsche Euch dabei viel Erfolg und verbleibe mit den besten Wünschen an Euch alle

Sportliche Grüße

Euer

Holger Gugg

www.body-coaches.de

WWW.BODY-COACHES.DE

IHR ZIEL IST UNSERE HERAUSFORDERUNG !