

17.09.2020 - 14:52 Uhr

15 Jahre Frauenfitness / Wie Mrs.Sporty die Fitnessbranche neu erfand



Berlin (ots) -

Rückblick in das Jahr 2005: Fitness speziell für Frauen - ganz egal welchen Alters, Gewichts oder Fitnesslevels. Mit diesem neuen, unkonventionellen Konzept erfinden Mrs.Sporty-Gründer Niclas Bönström und Tennislegende Stefanie Graf den Frauenfitnessmarkt neu. Das Training soll individuell sein, in einem geschützten Raum stattfinden und in den Alltag integrierbar sein. Heute, 15 Jahre später, feiert das Berliner Unternehmen stolz sein Jubiläum. Kurzweilige Trends gab es in der Zwischenzeit viele. Mrs.Sporty ist geblieben. "Wir sind europäischer Marktführer in Sachen Boutique-Frauenfitnessstudios und gefragter denn je", stellt Bönström fest. Das Geheimnis hinter dem Erfolg? Der Vision, alle Frauen für Sport und einen gesunden Lebensstil zu begeistern, ist die Marke immer treu geblieben. Das Trainingskonzept hat Mrs.Sporty aber immer wieder weiterentwickelt und neue digitale Konzepte eingeführt. So hat sich auch die Ausstattung der Clubs seit den Anfängen stark verändert.

- Alle Frauen für Sport und Gesundheit begeistern: Mrs.Sporty erobert 2005 mit einem völlig neuen Ansatz die Fitnessbranche
- 500.000 Mitglieder und über 430 Clubs machen Mrs.Sporty zum europäischen Marktführer in Sachen Frauenfitness
- Digital statt hydraulisch: Das Trainingskonzept wird kontinuierlich neu erfunden, die Vision aber bleibt
- Als Fitnessclubs 2020 Corona-bedingt landesweit schließen mussten, profitierte Mrs.Sporty von seiner Innovationskraft und Franchise-Community

Frauen haben besondere Anforderungen an ihr Fitnessstudio

Effektives Training in maximal 30 Minuten, Frauen unter sich und eine persönliche Betreuung in familiärer Atmosphäre - mit diesen Grundpfeilern etablierte Mrs.Sporty 2005 einen ganz neuen Ansatz in der Fitness- und Gesundheitsbranche. Besonders für Frauen, die wenig Zeit im Alltag zwischen Beruf und Familie haben oder lieber in einem geschützten, wertfreien Raum trainieren wollen, schufen Niclas Bönström und Stefanie Graf eine Anlaufstelle. Mehr als eine halbe Millionen Mitglieder hat Mrs.Sporty seitdem für ein gesünderes und fitteres Leben begeistert. Dadurch hat sich eine starke Community entwickelt. Das Training findet in Kleingruppen statt, sodass eine besondere Dynamik entsteht, in der sich die Frauen gegenseitig unterstützen und motivieren. "Das Training fällt einfach leichter und macht mehr Spaß, wenn man Mitspielerinnen hat und nicht auf sich alleine gestellt ist", so Bönström. "Deshalb steht für uns neben der persönlichen Betreuung durch die Trainer*innen auch die Community im Fokus."

Der Bedarf ist enorm - heute mehr denn je

"Nach der Eröffnung des ersten Clubs haben wir schnell gemerkt, wie groß der Bedarf tatsächlich ist", erinnert sich Bönström. "Angebote für eine junge Zielgruppe gab es damals viele. Aber Frauen über 40 Jahre, die etwas für sich und ihre Gesundheit tun wollen, wurden bis dahin vom Markt als Zielgruppe mit ihren Bedürfnissen nicht ausreichend berücksichtigt. Das wollten wir unbedingt ändern." Die Nachfrage ist heute größer denn je: Statistiken zeigen, das Durchschnittsalter der Trainierenden in Fitnessstudios liegt bei 41 Jahren ([Quelle](#)). "Das Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung wächst. Wir werden immer älter. Dabei wollen wir bis ins hohe Alter fit und gesund bleiben. 2005 hatten wir das richtige Gespür dafür. Seitdem entwickeln wir das Konzept immer weiter in Richtung Gesundheit und Prävention", stellt der Mrs.Sporty-Gründer fest.

Starkes Wachstum dank Franchise

Ein Jahr testeten die Gründer das Konzept in dem Berliner "Pilot-Club". Um die große Nachfrage zu decken, bauten sie 2005 Mrs.Sporty als Franchise-System auf. Seitdem nutzen angehende Unternehmer*innen das Mrs.Sporty Konzept, um ein eigenes Fitnessstudio zu eröffnen. Über 430 Clubs gibt es mittlerweile in ganz Europa und auch darüber hinaus: 2018 eröffnete das erste Mrs.Sporty Studio im Mittleren Osten und zwar im arabischen Königreich Bahrain.

Smarte Trainingstechnologien unterstützen Frauen

Seine Vision hat Mrs.Sporty nie aus den Augen verloren. Trotzdem erinnert in den Clubs heute nur noch wenig an das Zirkeltraining aus den Anfängen. "Die Fitness- und Gesundheitsbranche ist wahnsinnig dynamisch und entwickelt sich rasant weiter. Durch neue wissenschaftliche Erkenntnisse und die Digitalisierung gibt es mittlerweile viel bessere Möglichkeiten, noch individueller auf die Ziele unserer Mitglieder einzugehen", sagt Bönström. 2014 hieß es daher: "Alle hydraulischen Geräte raus!". Stattdessen bietet Mrs.Sporty nun funktionelles Training mit dem eigenen Körpergewicht an. Unterstützt werden die Mitglieder dabei von digitalen Smart Trainern, die ihnen ihre persönlichen Übungen vorgeben. "Neben den virtuellen Trainern sind natürlich immer auch 'echte' Trainer*innen anwesend, die das Training zusätzlich überwachen und die Mitglieder motivieren", ergänzt der Mrs.Sporty-Gründer.

Digitales funktionelles Training - Mrs.Sporty als Vorreiter in der Branche

Digitalisierung und funktionelles Training zählen mittlerweile zu den größten Trends in der Branche. Mrs.Sporty gilt durch die frühzeitige Umstellung als Vorreiter. Aktuell arbeitet die Marke bereits an neuen Entwicklungen. Die jüngste digitale Innovation kam erst dieses Jahr mit Mrs.Sporty@Home dazu. Die Online-Plattform ergänzt das Trainingskonzept der Marke, sodass die Mitglieder bei jedem Workout die Wahl haben, ob sie dieses zu Hause oder im Club absolvieren wollen.

Vorteil Digitalisierung: Stark durch die Coronakrise

Die Umstellung auf digitale Tools und Apps stellte sich in der Coronakrise als immenser Vorteil heraus. Als Fitnessclubs landesweit schließen mussten, konnte Mrs.Sporty binnen weniger Tage das Training vollständig in das Zuhause der Mitglieder verlegen. Die Frauen riefen ihr gewohntes Workout über die App ab. Wer lieber in der Gruppe trainierte, nahm online mit anderen Frauen an den gemeinsamen Live-Sessions der Mrs.Sporty Zentrale oder der lokalen Clubs teil. Die persönliche Betreuung führten die Franchise-Partner*innen und Trainer*innen per Telefon oder Messenger- und Videotelefonie-Dienste durch. "Uns war wichtig, dass unsere Mitglieder ihre Ziele auch in dieser Zeit weiterverfolgen können", erklärt Niclas Bönström.

Ausblick in die Zukunft

"Unser Anspruch, den Trends und Entwicklungen immer einen Schritt voraus zu sein, ist die Grundlage unseres Erfolgs. 2005 waren wir der erste Anbieter am deutschen Markt für Zirkeltraining nur für Frauen. Heute sind wir mit unseren Smart Trainern Innovationspreisträger für eine der modernsten Trainingsgeräteserie. Und auch in Zukunft werden wir unser Konzept immer an die aktuellen Bedürfnisse der Frau anpassen und weiterentwickeln", so Bönström abschließend. **Anlässlich des 15. Jubiläums veranstalten alle Mrs.Sporty Clubs am 25. und 26. September zwei Tage der Offenen Tür.** Frauen, die das Konzept einmal selbst ausprobieren und von den Jubiläums-Aktionen und -Angeboten profitieren möchten, haben hier die Chance, es unverbindlich zu testen und Trainer*innen und Mitglieder kennenzulernen.

Zur kompletten Mrs.Sporty Unternehmensgeschichte: <https://www.mrssporty-franchise.de/ueber-mrssporty/unternehmensstory/>

Mehr zum digitalen Fitnesskonzept von Ms.Sporty: <https://www.mrssporty-franchise.de/franchise-konzept/trainings-und-ernaehrungskonzept/>

Über Mrs.Sporty

Mrs.Sporty ist die führende Fitnesskette für Frauen in Europa und eines der angesehensten Franchise-Systeme in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Mit über 430 Fitnessstudios und 200.000 Mitgliedern ist Mrs.Sporty in sieben Ländern vertreten. Allein in Deutschland gibt es über 280 Mrs.Sporty Clubs, die von erfolgreichen Franchise-Nehmern geführt werden. Gründer und Geschäftsführer Niclas Bönström leitet von der Berliner Zentrale aus das Unternehmen, das seit Jahren Rankings im Bereich "Beste Mikro-Studio- und Boutique-Fitness-Clubs" anführt.

Das Mrs.Sporty Konzept setzt auf effektives funktionelles Training in 30-Minuten-Einheiten. Mrs.Sporty bietet Frauen eine einzigartige Kombination aus Personal- und Kleingruppen-Zirkel-Training in einer sehr freundlichen Community-Atmosphäre. Dabei trainieren die Mitglieder nach ihren individuellen Trainingsplänen. Qualifizierte Coaches begleiten die Frauen persönlich und unterstützen sowie motivieren sie dabei, ihre Ziele zu erreichen. Mrs.Sporty ist der ideale Sportclub, vor allem für Frauen, die in ihrem Alltag stark eingebunden sind, über wenig Zeit verfügen und dennoch Wert auf ein ausgewogenes Ernährungs- und Trainingsprogramm sowie Regeneration nach dem Sport legen.

2004 eröffnete Niclas Bönström den ersten Club in der Hauptstadt und entwickelte 2005 gemeinsam mit Tennislegende Stefanie Graf das Franchise-Konzept für Mrs.Sporty. Seither wurde Mrs.Sporty bereits vier Mal als bestes Franchise-Unternehmen ausgezeichnet. Als zertifiziertes Vollmitglied im Deutschen, Österreichischen und Schweizer Franchise-Verband e.V. hat sich Mrs.Sporty als zuverlässiger und vertrauenswürdiger Franchise-Geber in der Branche einen Namen gemacht.

Pressekontakt:

Mrs.Sporty GmbH
Doreen Giese
Head of Sales Marketing
Telefon: +49 (0)30 308 305 360
E-Mail: dgiese@mrssporty.com

Fortis PR OHG
Ramona Daub
Telefon: +49 (0)89/45 22 78 -15
E-Mail: mrs.sporty@fortispr.de

Medieninhalte



Das Mrs.Sporty Konzept setzt heute auf effektives funktionelles Training in Kleingruppen und die Unterstützung durch digitale Smart Trainer. ©Mrs.Sporty (Hinweis: Foto entstand in der Zeit vor Corona) / Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/60708 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/Mrs.Sporty GmbH"

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100051289/100855705> abgerufen werden.