

Unternehmensportrait Paulabewegt

Paulabewegt Branche – Ein Unternehmen mit einem erfolgreichen Konzept, welches Training, Ernährung und Therapie auf einzigartige Weise miteinander verbindet. **Paulabewegt** unterstützt jeden Kunden, seine individuellen Ziele zu erreichen, ob im Fitness-, Präventions- und Rehabilitationsbereich. **Paulabewegt** bedeutet für unmotivierte Menschen und Bewegungsmuffel eine Veränderung zum aktiven Lebensstil mit viel Freude. Betreut werden Kunden und Patienten direkt in und um München, auch in Germering und Schwabing bis Starnberg. Zusätzlich können Medien wie Skype für ein Training genutzt werden, um auch in der Ferne aktiv betreut zu werden.

Paulabewegt Entwicklung – Das Unternehmen Paulabewegt wurde im Juli 2007 von Paula Creamer (geb. Krenzien) gegründet. Drei Jahre später im Sommer 2010, eröffnete der **Paulabewegt Club** mit dem zweitem Geschäftsführer Florian Creamer in der Budapesterstraße in Giesing. In den Räumlichkeiten herrscht eine private Atmosphäre, die zum Sportreiben, gesund werden und Entspannen einlädt. Seit 2010 teilen sich Paula und Florian Creamer die Geschäftsführung. Sie leiten gemeinsam das 30köpfige Team aus Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten. Diese sind nicht nur Experten in der Trainingswissenschaft und Sportphysiotherapie sondern verstehen sich zusätzlich als Berater, Begleiter und Motivator für ein aktives und gesünderes Leben.

Paulabewegt Konzept – Kennzeichnend ist das ganzheitliche Betreuungs- und Bewegungskonzept, mit dem Schwerpunkt der ineinandergreifenden Zusammenarbeit der Trainer und Physiotherapeuten. Das „2 zu 1“- Training, das das klassische „one to one“ ablöst, stellt für den Kunden eine maximal mögliche Flexibilität dar und bildet eine Grundlage für spontane Trainingseinheiten. Zwei Personal Trainer betreuen einen Kunden und bieten dadurch ein vielseitiges und abwechslungsreiches Sportprogramm – unabhängig von Ort und Zeit. Das Team steht dem Kunden von 5 - 23 Uhr an 365 Tagen im Jahr mit vollem Einsatz zur Verfügung.

Der Kunde spielt hierbei die zentrale Rolle. Seinen individuellen Bedürfnissen und Wünschen entsprechend wird ein umfassendes Trainings- und Therapiekonzept entwickelt. Ort und Zeit (Montag bis Sonntag) des Trainings werden vom Kunden bestimmt. Somit wird ein qualitativ hochwertiges Angebot mit dem maximal möglichen Motivationsaspekt gewährleistet.

Paulabewegt Zielgruppe – Es trainiert die gesundheitsbewusste Frau, die ihre Figur in Form bringen möchte, der Freizeitsportler, der einen Expertenrat zum Thema Kraft und Ausdauer sucht, der Geschäftsmann, der leistungsfähiger und kreativer sein möchte und Menschen, die einfach Spaß an der Bewegung haben. Viele Kunden haben wenig Zeit, eventuell auch gesundheitliche Beschwerden und wollen die Führung abgeben – dabei können sie sich ganz auf **Paulabewegt** verlassen.

Paulabewegt – Angebote

Personal Training garantiert jedem Kunden die nötige Motivation, um seine individuellen Ziele zu erreichen und Bewegung (durch Hausaufgaben und Trainingspläne) in den Alltag integrieren zu können.

In Zusammenarbeit mit der **Physiotherapie** werden akute oder chronische Beschwerden, wie Rücken- und Gelenkschmerzen, behandelt. Im Anschluss greift die Sporttherapie, für die Paulabewegt spezialisiert ist, um mit aktiven Behandlungsmaßnahmen den Heilungsprozess, z.B. einer Hüft-TEP oder einen Bandscheibenvorfall zu stabilisieren und den Patienten wieder fit für den Alltag, die Berufswelt zu machen und auf seinen Freizeitsport optimal vorzubereiten.

In den **Minigruppen** kann man gemeinsam mit anderen Kunden trainieren und den Übergang vom Personal Training hin zum selbstständigen Trainieren professionell überwachen lassen.

Ein **Hausbesuch** bietet dem Kunden eine Möglichkeit bei zeitlichen Engpässen auch in privater Atmosphäre zu trainieren.

Firmensport können alle Unternehmen buchen, welche ihren Mitarbeitern einen sportlichen Ausgleich schaffen möchten. Ziel ist es, die Leistungsfähigkeit und -bereitschaft zu erhöhen und somit die Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens zu steigern.

Des Weiteren steht Paulabewegt **Vereinen, Sportlern** und **Hotels** gerne mit ihrem Fachwissen, der gesamten Dienstleistung und **Seminaren** beratend zur Seite. Der Hotellerie ist es möglich mit Paulabewegt ein **Zusatzangebot** über den Service zu integrieren, der Personal Trainer oder Physiotherapeut kommt zu dem Gast in das Hotel.

Ein besonderes Angebot unseres Unternehmens ist das **Golf-Physiotraining**, welches für jeden golfbegeisterten Kunden ein schmerzfreies Spielen bis ins hohe Alter ermöglicht.

Eine Kooperation mit Orthopäden, Sportmedizinern und Internisten garantiert jedem Kunden zusätzlich eine qualitativ hochwertige medizinische Betreuung. Die Therapieansätze werden in Absprache mit den Fachärzten erstellt und so eine zielgerichtete Behandlung gewährleistet.