

Vad kan din personliga tränare?

Det blir allt vanligare att anlita en hälsocoach eller en personlig tränare för att få hjälp att komma i form. Och snart blir det enklare att ta reda på vilka kunskaper en personlig tränare har. SIS, Swedish Standards Institute arbetar tillsammans med företrädare för branschen, konsumentorganisationer och högskolor fram kompetenskrav för personliga tränare och testledare.

Arbetet handlar om att ta fram minimikrav för att få kalla sig personlig tränare eller testledare.

– Som kund ska man kunna lita på att få förväntat resultat när man tar hjälp av en personlig tränare eller en person som erbjuder olika typer av fysiska tester. Därför behöver vi samlas kring gemensamma riktlinjer som beskriver personernas kompetens och tjänsternas innehåll. Friskvård är idag en accepterad väg till en bättre hälsa och ses inte bara som en fritidssyssla. Det betyder att vi som arbetar med friskvårdstjänster får ett större ansvar, säger Anatoli Grigorenko, initiativtagare till arbetet och en av grundarna av hälsoföretaget Ylab.

Riktlinjerna är ett första steg mot en svensk standard med möjlighet till certifiering och blir en kvalitetsstämpel för de företag som följer dem. Till att börja med fokuserar arbetet på riktlinjer för personliga tränare och testledare. Längre fram ska arbetet även inkludera roller som wellness- och hälsocoach samt hälsoanalytiker.

– Arbetet är viktigt för öka säkerheten för personer som anlitar en personlig tränare till exempel på gymmet. Onödiga olyckor förekommer och det vill vi komma ifrån genom att tydliggöra vilken dokumenterad kunskap och erfarenhet den personlige tränaren har, säger Anna Mickols, projektledare på SIS.

Deltagare i projektet är representanter av olika segment inom hälso- och träningsbranschen, Konsumentverket, konsumentorganisationer, privata utbildningsföretag, högskola, folkhögskola och företag inom tillverkning av träningsutrustning med flera. Arbetet påbörjas nu i maj och förväntas vara klart i slutet av 2012.

För ytterligare information:

Anatoli Grigorenko, PhD Ylab, anatoli.grigorenko@ylab.com

Anna Mickols, projektledare SIS, 08-555 521 77, anna.mickols@sis.se

Erika Messing, pressansvarig SIS, 08-555 520 97, erika.messing@sis.se

SIS är en del av det europeiska och globala nätverk som utarbetar internationella standarder. Genom att delta i standardiseringsarbetet kan svenska företag och organisationer påverka utformningen av standarder inom sin marknad. Standarder befrämjar handel över gränser och bidrar till att processer och produkter blir säkrare. SIS är en fristående ideell förening med medlemmar från både privat och offentlig sektor. SIS omsatte 2011 MSEK 226 och har 200 anställda. SIS arbetar inom och är medlem i de internationella standardiseringsorganisationerna CEN (europeisk) och ISO (global).