

Unternehmensphilosophie

Liebe Kundin, lieber Kunde

Wir freuen uns, Sie mit einer einzigartigen Kombination aus Wissen und Erfahrung und einem umfassenden Angebot individuell zu beraten und zu betreuen. Ihr Gesundheitsbewusstsein zu stärken, in Ihnen die Freude an der Bewegung zu wecken, oder Ihre sportliche Leistungsfähigkeit gezielt und nachhaltig zu erhöhen.

Unsere Überzeugung:

Es ist unbestritten, dass die emotionale und körperliche Belastbarkeit nur durch körperliche Betätigung und Training, wie auch eine gesunde Lebensführung gesteigert werden kann bzw. erhalten wird. In der heutigen Zeit, in der viele Menschen an Bewegungsmangel leiden und durch das reichhaltige Angebot an Nahrungsmittel mit Übergewicht zu kämpfen haben, gewinnt diese Erkenntnis umso mehr an Bedeutung.

Die Trainingsmethoden von TATKRAFT Creative Training sind darauf ausgerichtet, dass Sie sich rundum fit, gesund und wohl fühlen. Dies ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für ein glückliches Leben. Sie wollen Ihre Leistungsfähigkeit für die täglichen Herausforderungen in Beruf, Familie und Freizeit maximieren? Wir laden Sie dazu ein, mit gemeinsamer TATKRAFT, Ihren Körper und Ihren Geist in die richtige Richtung zu entwickeln.

Das ganzheitliche Konzept und die funktionellen Trainingsmethoden verbessern Ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Durch das Einbeziehen von gesunder Ernährung unter Berücksichtigung des sozialen Umfelds, wird die „Work-Life Balance“ wieder hergestellt und das Immunsystem gestärkt.

Unser Motiv:

Die positiven Auswirkungen des Trainings auf Körper und Geist, haben uns immer fasziniert. Sport ist eine Lebensschule. Er lehrt uns mit Niederlagen umzugehen, Erfolge zu erzielen und diese zu geniessen. Unsere Passion ist es, Ihnen dabei zu helfen, Ihre persönlichen Ziele zu erreichen und Ihren Körper und Geist in Harmonie zu halten. Diese Fähigkeit haben wir zu unserem Beruf gemacht, sie sind die Quellen unserer TATKRAFT.

Durch langjährige Erfahrung im Leistungssport, sowie Aus- und Weiterbildungen, haben wir uns das notwendige Wissen über Trainingslehre, Ernährungslehre, Motivations- und Konzentrationstraining angeeignet. Stetes Lernen ist unser Hauptmotto. Aus diesem Grund beschäftigen wir uns fortlaufend mit neuen Methoden und Trends im Bereich Sport, Fitness, Gesundheit, sowie Strategien zum vitalen älter werden.

Unsere Vision:

Die Zahl der Menschen mit gesundheitlichen Risiken und Einschränkungen steigt. Durch individuelle Betreuung und Beratung wollen wir Sie zu Ihren persönlichen Erfolgen und Zielen führen.

Die Erkenntnisse der Sportwissenschaften und die praktischen Erfahrungen, welche wir im Spitzensport gewinnen, helfen uns, unser Angebot noch vielfältiger und zielgerichteter zu gestalten. Das gewonnene Wissen wird Ihrem Leistungsniveau angepasst und in Ihrem individuellen Trainingsprogramm integriert. Kombiniert mit unserer Fähigkeit Sie zu motivieren und unserem Einfühlungsvermögen, ist somit Abwechslung und Spass am trainieren garantiert.

Durch den Ausbau des Trainerpools und das Finden von geeigneten Franchisepartnern wollen wir sicherstellen, dass unser Wissen auch in Zukunft vielen Menschen zu Verfügung steht.

Unsere Dienstleistungen:
Fitness- und Gesundheitstraining

Personaltraining ist geeignet für gesundheitsbewusste Frauen und Männer in jedem Alter. Corporate Fitness richtet sich an Firmen, die der betrieblichen Gesundheitsförderung eine grosse Bedeutung beimessen und damit in ihr Humankapital investieren.

Koordinations- und Stabilisationstraining

Eine gut funktionierende Stabilisationsmuskulatur ist im Bereich Fitness- wie auch im Athletiktraining nicht mehr wegzudenken.

Athletiktraining für Leistungssportler/innen

Bietet Spitzensportlern, Künstlern sowie Breitensportlern ideale physische Vorbereitung auf einen bevorstehenden Wettkampf, eine bevorstehende Saison oder eine angehende Show.

TATKRAFT Creative Training verfügt über ein Netzwerk von Partnern, die bei Bedarf als Fachspezialisten hinzugezogen werden können. Trainingsrichtlinien und Programme basieren auf aktuellen Erkenntnissen der Trainingswissenschaft und werden laufend angepasst.