



## UNTERNEHMENS PORTRAIT

---

- Oktober 2006: Gründung der Einzelfirma TATKRAFT Creative Training durch Andreas Lanz.
- Dezember 2008: Eintrag im Handelsregister.
- Januar 2009: Registrierung der Marke „TATKRAFT“ im schweizerischen Markenregister.
- September 2010: Bildung des TATKRAFT Creative Training Trainerpools, Beschäftigung von jungen ambitionierten Personaltrainern.
- März 2012: Gründung TATKRAFT-werk GmbH mit Eintrag im Handelsregister. Bezug eigener Trainingsräumlichkeiten am Strandweg 33 in Bern.

Die Dienstleistungen von TATKRAFT Creative Training umfassen:

### **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.

### **Group Power Workout**

Im Gladiator Training bieten wir ein abwechslungsreiches Kraft-, Konditions- und Koordinationstraining an.

Sypoba®: Dieses Koordinations- und Stabilisationstraining sorgt für eine gut funktionierende Stabilisationsmuskulatur.

### **Athletiktraining für Leistungssportler / innen**

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

### **Leistungsdiagnostik, Analysen und Planung**

Mit dem Laktatstufentest befindet sich ihre Trainingsherzfrequenz im grünen Bereich. Dank einer Ernährungsanalyse dürfen Sie sich auf neue Energie und mehr Wohlbefinden freuen. Mit einer Trainingsplanung nach wissenschaftlich fundierten Konzepten können Sie Ihr Training perfektionieren.

Weiter bietet TATKRAFT Creative Training Workshops und Seminare über das von Andreas Lanz entwickelte AWL-Prinzip (Alles wird leichter) an. Das Buch „Das AWL-Prinzip“ ist ab Sommer 2013 im Online-Shop erhältlich.

Im Online-Shop bieten wir innovative TATKRAFT Produkte und Trainingsgeräte an.

TATKRAFT Creative Training verfügt über ein Netzwerk von Partnern, die bei Bedarf als Fachspezialisten hinzugezogen werden können

---