



Polar Vantage M multisporthorloge

Polar: It's a good day to set a record

POLAR MAAKT HET VERSCHIL VOOR LEDEN EN **TRAINERS** IN HET FITNESSCENTRUM

Polar is vooral bekend van de hoogwaardige hartslagmeting, sensoren en daarbij behorende wearables. Maar het Finse bedrijf doet veel meer, ook in de fitnessbranche. Door jarenlang eigen wetenschappelijk onderzoek zijn ze leading in de digitale ontwikkelingen in de fitnesssector. Deze kennis delen ze graag met de fitnessondernemer en personal trainer!

Door: Niek Arts, Fotografie Polar

De digitale omwenteling is ook in de fitness niet te stoppen. Leveranciers en consumenten zijn er al volop mee bezig, alleen lijkt het gros van de fitnessondernemers nog de 'kat uit de boom te kijken'. En dat is jammer. Want als je nú niet begint met de digitale transformatie van je club, mis je de boot. Moet je dit als ondernemer dan helemaal zelf doen? Nee juist niet. Verzamel goede partners om je

heen, zoals Polar. Zij zijn al veertig jaar leading op dit gebied. Of zoals Managing Director Benelux bij Polar, Sander Werring het noemt: "Eigenlijk is Polar de grootste fitnessclub van de wereld!"

Zelfde doel als de fitness

Bij Polar helpen ze sporters betere en snellere resultaten te behalen met minder tijdsverspil-

ling en blessures. Hiervoor geven ze de sporter inzicht in zijn eigen lichaam waardoor hij zichzelf kan verbeteren, records kan breken en zich fitter voelt. Sander: "Deze doelstelling is precies waar de fitnesssector zich op toelegt. De fitnessondernemer of personal trainer heeft de fysieke faciliteiten en de persoonlijke coaching. Terwijl wij juist met betrouwbare data de persoonlijke vorderingen op elk gewenst niveau en voor iedere sporter inzichtelijk en toegankelijk maken. Zo maken we samen van de digitale omwenteling een succes!"

Waar het volgens Sander allemaal om gaat draaien in de Fitness is het goed opbouwen en gebruiken van data. Sander: "Begin daar als fitnessclub nu al mee en kies voor een digitale strategie. Veel consumenten kiezen al voor Po-

lar wearables. Zo bouw je reeds ervaring op in het begeleiden van leden op basis van data.”

Wat kun je dan met die persoonlijke data als club? En hoe pak je dat aan als ondernemer? Sander: “Waar het verschil mee gemaakt gaat worden, is oplossingsgerichte en persoonlijke begeleiding. Hiervoor is het belangrijk om je leden te volgen, uit te dagen en ook buiten de club te blijven begeleiden. Want als je trainingsinformatie koppelt aan persoonlijke doelstellingen, leefpatroon en andere KPI's, maak je echt het verschil voor je leden.”

Eigen platform opzetten

De digitale omwenteling vraagt om een manier van denken en ondernemen. Sander: “Ik moedig ondernemers aan zelf de digitale omslag te maken en niet te wachten op de leveranciers. Het is een andere manier van werken. De grootste winst behaal je dan in je eigen club. Zorg ervoor dat trainers zijn opgeleid om leden met behulp van digitale data goed te ondersteunen.”

“Rust verder nieuwe leden minimaal met hartslagsensoren uit, zodat je inzicht krijgt in de belastbaarheid van sporters en programma's doelgericht kan (bij)sturen. Daarmee haal je zoveel meer uit training en aansluitende begeleiding. Neem de digitale omwenteling op in je digitale visie en draag die actief uit naar je personeel en leden.”

Polar in de fitnesspraktijk

Waarom zouden fitnessondernemers dit samen met Polar moeten doen? Sander: “Als je naar de historie van Polar kijkt, zie je dat we al veertig jaar voorop lopen om met behulp van gevalideerde en betrouwbare data sporters verder te helpen. We doen hiervoor continu wetenschappelijk onderzoek en blijven zo leading in deze materie. Hierdoor leveren wij gevalideerde en de meest betrouwbare data. Door een combinatie van deskundigheid op het gebied van zowel sport, fysiologie, elektronica als inzicht in de klantenbehoeften is Polar, sinds 1977, toonaangevend op het gebied van hartslagmeting, technologische innovaties en het behalen van sportdoelen.”

Als ondernemers echt werk maken van hun digitale omwenteling is het belangrijk dit met de juiste tools te doen. Sander: “De omwenteling is niet eens financieel een grote uitdaging, maar eerder strategisch. Daarbij helpen de digitale oplossingen van Polar de fitnessondernemer. Per lid verzamel je via onze wearables de data, die we vervolgens verwerken en inzichtelijk maken in onze software. Wij vertalen de ruwe data naar persoonlijk advies en



Polar Club app met live hartslagweergave

begeleiding, waar instructeurs, personal trainers en de leden echt mee verder kunnen.”

Polar Flow

De data van iemand die met Polar traint worden opgeslagen en verwerkt in Polar Flow. Deze cloud-omgeving heeft voor fitnessondernemers een aantal interessante opties, waaronder Polar Club en Polar Flow for coach. Sander: “Deze app en webservice bieden een uniek trainingsplatform waarmee je je leden volgt, binnen en buiten het fitnesscentrum. Je maakt er direct de sportprestaties en dagelijkse activiteiten van je leden mee inzichtelijk. Verder worden ook de gegevens van groepslessen via de Polar Club app geïntegreerd. Je traint bijvoorbeeld met live hartslag en maakt die direct op persoonlijk niveau inzichtelijk. Zo gaat de trai-

ningsbeleving omhoog en bied je een extra toegevoegde waarde voor het lid.”

“Naast groepslessen volg je ook de progressie van een atleet in zijn individuele training. Ook als hij buiten de sportschool traint. Om de coaching naar een hoger niveau te brengen is er de webservice Polar Coach. Waarmee de coach – zoals een personal trainer – de vooruitgang van een sporter ziet en daarop direct actie kan ondernemen door bijvoorbeeld extra instructies te geven of een nieuw trainingsschema op te stellen!”

Meer weten?

Benieuwd naar de mogelijkheden van Polar en jouw fitnesscentrum of PT-studio? Kijk dan op polar.com/nl of stuur een mail naar sales.benelux@polar.com.



Polar OH1 hartslagsensor