



5 FITNESSSTRENDS DIE JE ALS ONDERNEMER ZONDER GROTE INVESTERING MEE KAN DOEN

Sinds de deuren van onze sportscholen weer open mogen, schieten de fitnessstrends als paddenstoelen uit de grond. Bij House of Workouts zien we veel clubs, die bij ons zijn aangesloten, hard hun best doen om met iedere trend mee te gaan en dat terwijl ze nog herstellende zijn van de gevolgen die de lockdown op ze heeft gehad. Hoe kan je meedoen met alle trends zonder dat je meteen een grote investering hoeft te doen?

Verantwoord bewegen

Na de lockdown zien we dat veel leden een lange tijd thuis stil hebben gezeten. Dat in combinatie met de zomervakantie zorgt ervoor dat in september een grote groep “stilzitters” naar de sportscholen komt. Ontvang deze groep op een verantwoorde manier, zodat ze niet meteen weer uitvallen. Focus je niet op extreme sportprogramma's die ze van alles beloofd, maar bied de leden kwaliteit aan. Samen met jouw trainers en de begeleiding tijdens de groepslessen zorg je ervoor dat de groep stilzitters weer gaat genieten van het bewegen.

Een fitnesscocktail

We zien dat de consument steeds meer behoefte heeft aan energieke groepslessen die cardio en kracht elementen met elkaar mixen tot een perfecte fitnesscocktail. De opslepende muziek

tijdens de lessen verbindt net als crushed ice alle elementen aan elkaar tot een geheel. De afgelopen maanden zien we dat groepslessen zoals XCORE®, LXR® en BRN® ruim 22% meer bezocht zijn dan andere fitnessactiviteiten. Daarnaast waren de bezoekers van deze lessen gedurende de lockdown ook de meest trouwe leden.

Ieder moment van de dag sporten

Er valt niet meer om heen te draaien dat virtuele lessen vandaag de dag onmisbaar zijn voor de clubs. De populariteit hiervan stamt af van de 24-uurs economie die de consument nu gewend is. Onderzoek of jouw huidige groepslessen aanbieder ook virtuele lessen aanbiedt of eventueel een app tot hun beschikking heeft. Een eigen productie opzetten is mogelijk, maar zal veel kosten en tijd met zich meebrengen. Door

nu alvast de virtuele en thuislessen van jouw aanbieder te gebruiken, maak je meteen het verschil uit voor jouw leden.

Entertainment

De sportschool behoort weer tot de uitlaatklep en het uitje van de dag voor meeste de consumenten. Met een goede sfeer, de juiste muziek en enthousiaste trainers worden jouw leden herinnerd waarom ze zo ook alweer zo graag bij jou op de club zijn. Een tevreden lid is de beste marketing die je voor jouw club kan hebben.

Samen sporten

Nu het samen sporten weer mogelijk is, is het interessant om eens te kijken naar het huidige groepslessaanbod van jouw club. De populariteit van groepslessen neemt al enkele jaren flink toe. Zeker in deze tijd werken de gezamenlijke lessen extra motiverend voor de leden die veel thuis hebben gezeten de afgelopen periode.

Kijk voor meer informatie voor jouw sportclub op houseofworkouts.com. Voor vragen kan je ons bereiken op 070 4276810 of e-mail naar mail@houseofworkouts.com

HET SUCCES VAN DE XCO®-TRAINER

De XCO®-trainer bestaat al ruim 17 jaar en de populariteit van de buis neemt nog steeds jaarlijks toe. Zeker nu de XCO®-trainer de verbinding legt tussen het aanbod in jouw sportschool en de trainingen die de consument thuis kan volgen. Wat zorgt ervoor dat de welbekende XCO®-buis zo succesvol is?

Ontworpen in samenwerking met fysiotherapeuten

Zeventien jaar geleden is de XCO®-trainer door manueel fysiotherapeut Jan Hermans ontworpen om de belastbaarheid op spieren en bindweefsel te vergroten. In sa-

menwerking met Hermans zette Renata Jarz een fitnessprogramma op rondom de XCO®-trainer. Door deze verantwoorde tool te integreren in de fitness werden groepslessen in één klap voor jong en oud toegankelijk.

Train cardio en kracht in één workout

De XCO®-trainer zorgt voor strak gevormde abs en een sterke onderrug door de combinatie van cardio en kracht tijdens een workout. Door het losse grip in de buis treedt er tijdens de korte intensieve cardio bewegingen een reactieve impact op. De reactieve impact zorgt ervoor dat men sterker wordt, zonder dat hun spieren en gewrichten hierbij overbelast raken.

Les aanbod

Om goed aan de slag te gaan met de XCO®-trainer zijn de speciale groepslessenprogramma's XCORE® en BRN® ontworpen. Doormiddel van een abonnement kan je deze lessen bij jou in de sportschool aan jouw leden aanbieden. Al meer dan 17 jaar staat ieder kwartaal een compleet nieuwe choreografie op een te gekke muziemix klaar. Zo blijft het les aanbod altijd vernieuwend en speelt het optimaal in op de fitness trends van dit moment.

Altijd en overal

Lessen met XCO®-trainer kan je zowel live als virtueel in de sportschool op locatie aanbieden. Daarnaast kunnen de consumenten ook zelf een XCO®-trainer aanschaffen, waarmee ze thuis door kunnen blijven gaan met trainen via de app die jij ze vanuit de sportschool kan aanbieden. Op deze manier blijft de verbinding tussen jouw club en de consument thuis bestaan, ook al zijn ze fysiek niet altijd aanwezig.

Een duurzame investering

Dat de XCO®-trainer een duurzame investering is die zichzelf snel terugverdient blijkt uit de populariteit waarmee de XCORE® en BRN® lessen bezocht worden. Meer dan 70 procent van de aangesloten clubs draait het XCORE® en BRN®-programma al langer dan 5 jaar.

Wil jij bij jou op de sportclub het succes van de XCO®-trainer ervaren? Of wil jij ontdekken wat een XCO®-trainer voor jou als (personal) trainer kan betekenen? Kijk dan naar onze mogelijkheden op houseofworkouts.com.

