Coaching Sport Training

Ernährungsberatung & Mentaltraining
Céline Stegmann, Inselweg 20, 8640 Hurden

cst@coaching-sport-training.ch

Unternehmensphilosophie

1. Meine Überzeugung

Bleib Dir selber immer treu und entwickle Dich immer weiter. Alle Ziele können mit Disziplin, Wille und Durchhaltevermögen erreicht werden. Mit meinem Können und Wissen helfe ich Menschen dabei Ihre Träume zu verwirklichen. Ich biete den Kunden Möglichkeiten für eine gesunde Lebensführung mit Spass und Erfolg. Ein gesunder Lebensstil fördert das emotionale und körperliche Wohlbefinden.

Kümmere Dich um Deinen Körper. Es ist der einzige Ort, den du zum Leben hast.
Jim Rohn

2. Meine Motivation

Fitness/ Sport war schon lange meine Leidenschaft und ich entschied mich für die Ausbildung Fitnesstrainerin mit eidg. Fachausweis. Einige Jahre später habe ich mir mit der Eröffnung meines Studios CST Coaching Sport Training meinen Traum erfüllt. Es ist mir wichtig eigene Überlegungen in meinem Studio zu realisieren. Ich möchte meine Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen an andere weitergeben.

3. Berufliche Ziele

Da die Konkurrenz nicht schläft bin ich stetig auf der Suche nach neuen Ideen, um meine Kunden von mir zu überzeugen. Durch individuelle Betreuung will ich den persönlichen Kontakt zu meinen Kunden und Kundinnen vertiefen. Mit neuen und attraktiven Angeboten will ich neue Personenkreise für meine Dienstleistungen begeistern.

4. Persönliche Weiterentwicklung

Im Mittelpunkt stehen für mich immer meine Kunden. Um alles daran zu setzen, dass Sie ihre Ziele erreichen, werde ich mich stetig weiterbilden um immer auf dem neusten Stand zu bleiben. Ich differenziere mein Angebot weiter, damit ich den verschiedenen Kundenbedürfnissen noch besser gerecht werde.

5. Mein Angebot für jung & alt

Mein Angebot ist an alle Menschen gerichtet, die gesund, fit und selbstbewusst in die Zukunft starten möchten. Gesundheit ist das Wichtigste auf der Welt.
Nach ausführlichen Gesundheits- und Gästechecks führen wir in der Ernährungsberatung eine Körperfettmessung für eine optimale Zielerreichung durch.
Mit Mentaltraining (verwandte Bezeichnung Motivationstraining) bleibt man fit und kann die volle Leistung nutzen und entfalten. Mit den verschiedenen Mentaltechniken lernt man mit jeder Lage erfolgreich umzugehen und bei Stresssituationen cool zu bleiben.
Ich kenne die Fähigkeiten und Beschwerden von meinen Kunden und Kundinnen und fördere sie persönlich und individuell.

6. Kommunikation

Ich informiere meine Kunden und Kundinnen persönlich über neue Entwicklungen oder allg. Informationen. Neue KundInnen gewinne ich durch Weiterempfehlungen meiner KundInnen, mit Flyer oder über meine Homepage (www.coaching-sport-training.ch).

7. Wieso CST Coaching Sport Training?

Meine Kunden und Kundinnen bekommen alles aus einer Hand:
Ernährungsberatung & Mentaltraining

Ernährungsberatung & Mentaltraining stehen in enger Verbindung zueinander. Bei allen Bereichen ist es wichtig das Ziel zu fokussieren und an sich selbst zu glauben. Ich, Céline Stegmann werde Ihnen mit meinem vielfältigen Wissen und meiner langjährigen Erfahrung zur Seite stehen und Sie motivieren und pushen damit Sie Ihre Ziele erreichen.

Ich praktiziere individuelle Betreuung und persönlichen Kontakt und melde mich bei meinen Kunden und Kundinnen, wenn sie nicht erscheinen.