

Anne-Sophie Personal-Training-Stadelmaier

Group-Fitness-Trainerin & Les Mills Master Trainer

anne-sophie.personal-training-stadelmaier@example.de · +49 30 4567 8901 · Berlin, Deutschland
· [linkedin.com/in/anne-sophie-personal-training-stadelmaier](#) ·

Profil

Gruppenfitness-Trainerin Les Mills Master Trainer mit 12 Jahren Saalpraxis bei FitOne und John Reed Fitness Music Club Berlin. 28 Kurse pro Woche, durchschnittliche Auslastung 84 % bei 38-Personen-Saalen, Konversion 32 % vom Kurs zur Mitgliedschaft. Les Mills Full Certification fuer BodyPump, BodyCombat und RPM plus Spinning Madonna Master.

Berufserfahrung

Group-Fitness-Trainerin & Les Mills Master Trainer

FitOne Berlin Friedrichshain · Berlin, Deutschland · 01/2020 - heute

Group-Fitness-Trainerin im 3.200-Mitglieder-Studio mit Schwerpunkt Les Mills Portfolio

- 28 Kurse pro Woche (BodyPump 12, BodyCombat 8, RPM 6, Stretch 2) mit durchschnittlich 84 % Auslastung
- Re-Choreografie der Saal- und Bike-Setups in 4 Saalen, Auslastung 64 % auf 87 % angehoben
- Master-Trainer-Schulungen fuer 84 Junior-Coaches in 7 Staedten DACH
- Conversion-Quote 32 % von Kurs-Erstbesuch zu Mitgliedschaft (Magicline-getrackt)
- Cardiotraining-Steuerung mit Polar GymLink, RPM-Saal mit 28 Life Fitness IC8 Bikes

Group-Fitness-Trainerin

John Reed Fitness Music Club Hamburg · Hamburg, Deutschland · 08/2013 - 12/2019

Group-Fitness-Trainerin im Music-Club-Konzept mit 5.800 Mitgliedern

- 22 Kurse pro Woche im Les Mills Portfolio plus Spinning Madonna
- Saalmoderation in Music-Club-Atmosphaere vor 38-Personen-Saalen
- Mentor fuer 6 Junior-Group-Fitness-Trainer:innen zur Les Mills Full Certification

Ausbildung

B.A. Sportoekonomie

IST Hochschule Duesseldorf · Duesseldorf, Deutschland · 10/2010 - 09/2013

Sport- und Fitness-Management · GPA:

Fähigkeiten

Les Mills BodyPump (Master Trainer) · Les Mills BodyCombat · Les Mills RPM Indoor Cycling · Spinning Madonna Indoor Cycling · Cardiotraining Polar GymLink · Choreographie & Beat-Counting · Mywellness / Magicline Kursplanung · Mikrofon- und Saaldynamik

Projekte

Les Mills Master Class Tour DACH

- 02/2025 - heute

Hospitations- und Schulungstour fuer 84 Junior-Group-Fitness-Coaches in 7 Staedten, Pre-Cert-Quote 92 %

Saal-Auslastungs-Sprint John Reed Berlin

- 06/2024 - 01/2025

Re-Choreografie und Saalmoebel-Layout in 4 Saelen, durchschnittliche Auslastung 64 % auf 87 % angehoben

Zertifikate

Les Mills Master Trainer (BodyPump, BodyCombat, RPM)

- 11/2023
-

Les Mills RPM Full Certification

- 06/2018
-

Spinning Madonna Indoor Cycling Master Trainer

- 03/2017
-

Les Mills BodyCombat Full Certification

- 10/2015
-

Les Mills BodyPump Full Certification

- 04/2014
-

DOSB Trainer-B-Lizenz Fitness

- 08/2013
-

Sprachen

| | | |
|---------------|----------|----------|
| Deutsch | Englisch | Spanisch |
| Muttersprache | C1 | B2 |

Stärken

Bewegungs-Präzision auf

Beat

Coache 28 BodyPump-Tracks beat-exakt, 92 % der Teilnehmenden bewerten Technik-Korrektur als 'sehr deutlich' im NPS

Saal-Energie

Halte 38-Personen-Saale auch im 60-Minuten-BodyCombat-Klassen energetisch, Wiederkommer-Quote 78 % nach 4 Wochen

Les-Mills-Loyalität

Lehne Cherry-Picking ab, führe Original-Choreografien track-genau und schule andere Coaches in der Master-Trainer-Rolle
