

Körpermanager - Erik Randrianarisoa

Anzeige

```
$(document).ready(function(){ $("#slider").easySlider({ prevId: 'prevBtn', prevText: ' ', nextId: 'nextBtn', nextText: ' ', controlsShow: false, controlsFade: false, firstId: 'firstBtn', firstText: ' ', firstShow: false, lastId: 'lastBtn', lastText: ' ', lastShow: false, vertical: false, speed: 800, auto: true, pause: 2000, continuous: true }); });
```



[koerpermanager4.jpg](#) [1]



[koerpermanager7-2.jpg](#) [2]



[koerpermanager8.jpg](#) [3]



[koerpermanager10.jpg](#) [4]



[koerpermanager11.jpg](#) [5]



[koerpermanager12.jpg](#) [6]



[koerpermanager3.jpg](#) [7]



[_mg_8073.jpg](#) [8]



[_mg_8150.jpg](#) [9]



[koerpermanager14.jpg](#) [10]

Körpermanager - Erik Randrianarisoa



[km-logo.png](#) [11]

Ort

Ohmstraße 10-14 - Hinterhof
50677 Köln
Telefon: 0172 9184889
Website: www.train-your-body.com [12]
Email: info@train-your-body.com [13]

Erik Randrianarisoa und sein Team sind Die Körpermanager®. Als Personal Trainer sind sie überall dort im Einsatz, wo es um persönliches Wohlbefinden geht. Und persönliches Wohlbefinden ist abhängig von den verschiedensten Faktoren: körperliche Fitness gehört dabei sicher an obere Stelle. Aber auch ein gesundes

Körpermanager - Erik Randrianarisoa

Veröffentlicht auf Meine Südstadt - Nachrichten, Termine, Kultur, Geschäfte, Dienstleister und Handwerksbetriebe für die Kölner Südstadt (<http://meinesuedstadt.de>)

Ernährungskonzept, die wohlproportionierte Figur und der bewusste Umgang mit dem eigenen Körper sind beste Voraussetzungen, sich gesund, fit und wohl in seiner Haut zu fühlen. Die einzelnen Wohlfühl faktoren sind dabei so individuell, wie die persönlichen Bedürfnisse eines Menschen und hier setzen Erik Randrianarisoa und sein Team von Personal Trainern an. Wer sie bucht, kann sich sicher sein, das Richtige für sein eigenes Wohlbefinden zu tun. Denn vor jedem Trainingsstart erstellen sie ein persönliches Gesundheitsprofil mit Hilfe dessen dann gemeinsam ein realistisches Trainingsziel formuliert werden kann. Beachtet hierbei werden unter anderem die jeweiligen gesundheitlichen Gegebenheiten, örtliche Möglichkeiten, die persönliche Alltagssituation und Zeitplanung. Verantwortungsbewusstes Training beginnt bei den Körpermanagern® mit einer Definition der Situation zu Trainingsbeginn, beinhaltet die Einschätzung reeller Ziele und geht einher mit einer professioneller Begleitung, die sowohl als Anleitung aber eben auch genauso wichtig, als Motivation fungiert. Und letztlich ist der Anspruch der, mit angemessenem Aufwand das individuelle Ziel zu erreichen. Ziele, die mit Erik Randrianarisoa und seinem Team formuliert werden können sind neben dem umfassenden Wunsch nach einem körperbewussten Lebensstil, der Steigerung eigener Leistungsfähigkeit und der Definition persönlicher Work-Life-Balance, spezielle Themen wie die Verbesserung oder gar Behebung gesundheitlicher Beschwerden wie zum Beispiel Rückenschmerzen oder der Senkung des Cholesterinspiegels, das Erreichen der Wunschfigur nach einer Schwangerschaft oder das spezifische Training einer Sportart wie zum Beispiel die Vorbereitung eines Marathons.

Klienten, die von den Körpermanagern® auf ihrem Weg zum eigenen Ziel begleitet werden, schätzen den sehr persönlichen Kontakt. Der beginnt in der Regel mit der Wahl der Örtlichkeit, kommt der eigene Trainer doch dorthin, wo es einem am besten passt. Ob nun in die eigene Wohnung, in die Nähe des Büros, für das Training in der Mittagspause, ins Fitnessstudio um die Ecke, oder in den Lieblingspark, Erik und sein Team lassen sich gerne auf die Wünsche ihrer Klienten ein, denn sie wissen, dass selbstgewählte und damit entspannte äußere Umstände die beste Voraussetzung für ein befriedigendes Training sind. Erfolgreich wird es darüber hinaus durch intensives Detail-Feedback und die regelmäßige Überprüfung von Trainingsfortschritten. Die sehr persönliche Aufmerksamkeit, die das Team Der Körpermanager® ihren Klienten entgegenbringen, ist außerdem die beste Motivation, denn jemanden, der nur für einen selbst da ist, lässt kein innerer Schweinehund gerne warten.

Persönliches Training ist aber auch immer mehr als die Summe aus gesteckten Zielen. Viele seiner Klienten betreut Erik Randrianarisoa, diplomierter Sportwissenschaftler und ausgebildeter Personal Trainer mit Zusatzqualifikationen, schon seit Jahren und genießt durch die sehr intensiv, persönliche Arbeit Vertrauen, auch über das eigentliche Trainingsthema hinaus. Den Profi Randrianarisoa zeichnet dabei aus, dass er zuhört, einfühlt und dabei immer die angemessene Distanz wahrt. Diese Eigenschaft macht ihn zum perfekten Motivator und Trainer, weil er – unter Berücksichtigung der persönlichen Konstitution seines Klienten – nie zu viel, aber immer das Bestmögliche und zur Erreichung der Ziele Nötige einfordert. Diese Eigenschaft wissen nicht nur Manager und Privatleute zu schätzen, Erik Randrianarisoa betreut auch viele Prominente, die ihn als zielgerichteten und diskreten Trainer schätzen. Mit seiner Arbeit hat sich Erik Randrianarisoa über die Jahre einen Namen in Köln gemacht und hat aufgrund seines Erfolges seine Arbeit um ein Team erweitert. Die Körpermanager® stehen für eine professionell hochwertige Betreuung, die den kompletten Körper im Focus haben, von der richtigen Ernährung, über gesundheitliche Aspekte bis hin zur Figur orientierten Körperarbeit.

Neben den Einzeltrainings bietet das Team um Erik Randrianarisoa auch immer Gruppentrainings wie zum Beispiel die Laufgruppen, die sich gemeinsam auf einen Marathon vorbereiten. Dabei bleibt die Gruppe immer gerade so groß, dass jeder Einzelne die persönliche Aufmerksamkeit bekommt, die ein zielorientiertes Training erfordert. Das persönlich höchste Ziel des Trainers sind glückliche Klienten, die sich über die Erreichung ihrer gesteckten Ziele freuen. Diese Freude ist und bleibt für ihn Motivation und Herausforderung zugleich.

[Kathrin Rindfleisch](#) [14]

Branche / Kategorie

- [Sport & Fitness](#) [15]

Vor der Haustür

- [Politik](#)
- [Gesellschaft](#)
- [Neuigkeiten](#)
- [Familie](#)
- [Glaube](#)
- [Umwelt](#)
- [Verkehr](#)
- [Auf ein Kölsch mit...](#)
- [Über den Tellerrand](#)

Sport

- [Immer wieder der FC](#)
- [Spielbericht](#)
- [Sportkolumne](#)
- [Veranstaltungen](#)

Südkids

- [Bücher](#)
- [Freizeit](#)
- [Kino & Theater](#)
- [Medien](#)
- [Meine Welt](#)
- [Musik](#)
- [Schule](#)
- [Veranstaltungen](#)
- [Wissen](#)

Kolumnen

- [Allein unter Zwergen](#)
- [Immer wieder der FC](#)
- [Mein Afrika](#)
- [Südstadt Geflüster](#)
- [Südstadtgeschichten](#)

Service

- [Wo finde ich was?](#)

- [Termine](#)
- [Kurzmeldungen](#)
- [Wohnungsmarkt](#)
- [Bilder-Galerien](#)
- [Redaktion](#)
- [Unsere Partner](#)
- [Kultur-Partner](#)
- [Lunch Time](#)
- [Wochenend-Freuden](#)
- [Filme](#)
- [Presse](#)
- [Mitmachen!](#)
- [Werben auf MS](#)

Verweise:

- [1] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager4.jpg
- [2] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager7-2.jpg
- [3] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager8.jpg
- [4] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager10.jpg
- [5] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager11.jpg
- [6] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager12.jpg
- [7] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager3.jpg
- [8] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/_mg_8073.jpg
- [9] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/_mg_8150.jpg
- [10] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/koerpermanager14.jpg
- [11] http://meinesuedstadt.de/sites/default/files/u_profile/logos/km-logo.png
- [12] <http://www.train-your-body.com>
- [13] <mailto:info@train-your-body.com>
- [14] <http://meinesuedstadt.de/manschaft/kathrin-rindfleisch>
- [15] <http://meinesuedstadt.de/branchenverzeichnis/sport-fitness>